



Sveučilište u Zagrebu
Kineziološki fakultet



IZVEDBENI PLAN

INTEGRIRANOG PREDDIPLOMSKOG I DIPLOMSKOG SVEUČILIŠNOG STUDIJA KINEZIOLOGIJA

za akademsku 2020./2021. godinu

Zagreb, studeni 2020. godine



SADRŽAJ

RASPORED NASTAVE	10
RASPORED ISPITNIH ROKOVA	10
UPISI	10
BLAGDANI	10
IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 1. GODINE STUDIJA KINEZILOGIJE	11
KOORDINATOR 1. – GODINE	11
I. SEMESTAR	11
ATLETIKA – hodanja i trčanja (120683).....	12
FUNKCIONALAN ANATOMIJA (31065)	15
ODBOJKA (31097)	18
OSNOVNE KINEZILOŠKE TRANSFORMACIJE I (120684)	20
POVIJEST SPORTA (120685)	23
SISTEMATSKA KINEZILOGIJA (31061).....	26
RASPORED SATI I. SEMESTRA ak. god. 2020./2021.	30
II. SEMESTAR	31
ATLETIKA – bacanja i skokovi (120686).....	32
BIOMEHANIKA (31076)	35
KVANTITATIVNE METODE (120687)	37
OSNOVNE KINEZILOŠKE TRANSFORMACIJE II (120688)	40
RUKOMET (31098)	43
RASPORED ISPITNIH ROKOVA za 1. godinu u ak. god. 2020./2021.	46
IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 2. GODINE STUDIJA KINEZILOGIJE	47
KOORDINATOR 2. GODINE	47
III. SEMESTAR	47
ELEMENTI PSIHOLOGIJE (120935)	48
FIZIOLOGIJA SPORTA I VJEŽBANJA (64279).....	52
JUDO (120945)	55



KOŠARKA (31099).....	58
SPORTSKA GIMNASTIKA I (120949)	61
RASPORED SATI III. SEMESTRA ak. god. 2020./2021.....	66
IV. SEMESTAR.....	67
BIOLOŠKA KINANTROPOLOGIJA (120959)	68
HRVANJE (120962)	71
MOTORIČKA KONTROLA (120963)	75
NOGOMET (121003).....	77
PSIHOLOGIJA SPORTA I TJELESNOG VJEŽBANJA (120979)	79
SPORTSKA GIMNASTIKA II (120982)	83
RASPORED ISPITNIH ROKOVA za 2. godinu u ak. god. 2020./2021.....	87
IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 3. GODINE STUDIJA KINEZILOGIJE.....	88
KOORDINATOR 3. GODINE.....	88
V. SEMESTAR.....	88
KINEZIOLOŠKA REKREACIJA (125109)	89
METODIKA POUČAVANJA PLIVANJA (162565).....	92
PLES (123599)	94
SKIJANJE (31096)	97
TEORIJA TRENINGA (123601)	100
RASPORED SATI V. SEMESTRA ak. god. 2020./2021.	104
IZBORNI PREDMETI V. SEMESTRA	105
AKROBATIKA (123644)	106
BIOMEHANIČKA ANALIZA (31117)	109
DJECA U SPORTU (123649).....	111
KULTURA JAVNOG GOVORENJA (31127).....	114
MOTORIČKI RAZVOJ ČOVJEKA (162568).....	117
PILATES (123654)	119
VI. SEMESTAR.....	121
KINEZITERAPIJA (123666)	122



PEDAGOGIJA (123690).....	125
RITMIČKA GIMNASTIKA (123697).....	127
SPORTOVI NA VODI (123698).....	130
SPORTOVI S REKETOM (123699).....	133
SPORTSKO PLIVANJE (162566).....	137
RASPORED ISPITNIH ROKOVA za 3. godinu u ak. god. 2020./2021.....	139
IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 4. GODINE STUDIJA KINEZILOGIJE.....	140
KOORDINATOR 4. GODINE.....	140
VII. SEMESTAR.....	140
DIDAKTIKA (123700).....	142
EKONOMIKA I MENADŽMENT SPORTA (123701).....	145
KINEZILOŠKA METODIKA U PREDŠKOLSKOM ODGOJU (31106).....	148
OPĆA KINEZILOŠKA METODIKA (123704).....	151
TJELESNA AKTIVNOST I ZDRAVLJE (123703).....	155
RASPORED SATI VII. SEMESTRA ak. god. 2020./2021.	158
IZBORNI PREDMETI VII. SEMESTRA	160
AUDIOVIZUALNA SREDSTVA U SPORTU (123761).....	161
BADMINTON (123763).....	163
KINEZILOŠKA ORIJENTACIJA I SELEKCIJA (123765).....	165
KOMUNIKACIJA U ODGOJU I OBRAZOVANJU (31125).....	168
KONDIJIJSKA PRIPREMA DJECE I MLAĐIH SPORTAŠA (31126).....	170
MINI KOŠARKA (123767).....	172
RONJENJE NA DAH (123770).....	174
SKIJAŠKO TRČANJE (123774).....	177
SPORTSKI PROGRAMI ZA DJECU PREDŠKOLSKE DOBI (123776).....	179
STRATEŠKO PROGRAMIRANJE U SPORTU (123779).....	181
PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA VII. SEMESTRA	183
HRVANJE – kineziološka analiza u hrvanju (123720).....	184
JEDRENJE – kineziološka analiza u jedrenju (123722).....	187



KAJAKAŠTVO – kineziološka analiza u kajakaštvu (162553)	190
KINEZIOLOŠKA REKREACIJA – sportsko-rekreacijska medicina (123754)	192
KINEZITERAPIJA – metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka I (123756)	195
KPS – kineziološka analiza u kondicijskoj pripremi sportaša (123746)	198
KOŠARKA – kineziološka analiza u košarci (123725)	200
NOGOMET – kineziološka analiza u nogometu (123729)	203
PLES – kineziološka analiza u plesu (162554)	206
PLIVANJE – kineziološka analiza u plivanju (123733).....	208
SKIJANJE – kineziološka analiza u skijanju (123739)	210
SPORTSKI MENADŽMENT – osnove organizacije i menadžmenta (123759).....	212
VIII. SEMESTAR	214
KINEZIOLOŠKA METODIKA U OSNOVNOM ŠKOLSTVU (123718)	216
SPORTSKA MEDICINA I HIGIJENA (31084)	220
ENGLJSKI JEZIK U KINEZIOLOGIJI (162572).....	222
NJEMAČKI JEZIK U KINEZIOLOGIJI (162573).....	225
IZBORNI PREDMETI U PONUDI VIII. SEMESTRA.....	229
ELEMENTARNE IGRE (124056)	230
KOMUNIKACIJSKO PREZENTACIJSKE VJEŠTINE U SPORTU (162567).....	233
MOTORIČKA ZNANJA DJECE (162564)	235
NORDIJSKO HODANJE (123961).....	237
PLANINARSTVO I SPORTSKO REKREACIJSKI PROGRAMI U PRIRODI (123965).....	239
SAMOBRANA (123970)	241
SINKRONIZIRANO PLIVANJE (123771)	243
SPORTSKA KARIJERA (162569).....	246
SUVREMENI PRISTUP U LIJEČENJU BOLI (162570).....	248
TENIS (123973).....	251
TRIATLON (123780)	253
PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA VIII. SEMESTRA	256
HRVANJE – antropološka analiza u hrvanju (123732)	257



HRVANJE – metodika treninga u hrvanju I (123734).....	260
JEDRENJE – antropološka analiza u jedrenju (123735)	262
JEDRENJE – metodika treninga u jedrenju I (123737).....	264
KAJAKAŠTVO – antropološka analiza u kajakaštvu (162558)	267
KAJAKAŠTVO – metodika treninga u kajakaštvu I (1162559).....	269
KINEZIOLOŠKA REKREACIJA – metodika kineziološke rekreacije u slobodno vrijeme I (123886)	271
KINEZIOLOŠKA REKREACIJA – programiranje u kineziološkoj rekreaciji (123890).....	273
KINEZITERAPIJA – metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka II (123894)	275
KINEZITERAPIJA – odabrana poglavlja zdravstvene psihologije (123983)	278
KPS – antropološka analiza u kondicijskoj pripremi sportaša (123854)	280
KPS – metodika kondicijske pripreme I (123860)	282
KOŠARKA – antropološka analiza u košarci (123745)	284
KOŠARKA – metodika treninga u košarci I (123755)	287
NOGOMET – antropološka analiza u nogometu (123748)	290
NOGOMET – metodika treninga u nogometu I (123750).....	292
PLES – antropološka analiza u plesu (162560)	294
PLES – metodika treninga u plesu I (162561).....	296
PLIVANJE – antropološka analiza u plivanju (123757).....	299
PLIVANJE – metodika treninga u plivanje I (123758)	301
SKIJANJE – antropološka analiza u skijanju (123768)	303
SKIJANJE – metodika treninga u skijanju I (123769)	305
SPORTSKI MENADŽMENT – menadžment u sportskim organizacijama (123952).....	308
SPORTSKI MENADŽMENT – menadžment u sport i turizmu (124027).....	310
RASPORED ISPITNIH ROKOVA za 4. godinu u ak. god. 2020./2021.....	313
IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 5. GODINE STUDIJA KINEZIOLOGIJE.....	315
KOORDINATORICA 5. GODINE.....	315
IX. SEMESTAR.....	315
KINEZIOLOŠKA METODIKA U SREDNJEM ŠKOLSTVU (123953)	317
KINEZIOLOŠKA SOCIOLOGIJA (31088)	321



METODOLOGIJA KINEZIOLOGIJSKIH ISTRAŽIVANJA	324
RASPORED SATI IX. SEMESTRA ak. god. 2020./2021.	328
IZBORNI PREDMETI IX. SEMESTRA	330
EVALUACIJA KINEZIOLOŠKIH TRETMANA (124063)	331
GERONTOKINEZIOLOGIJA (31122).....	333
JEDRENJE NA DASKI (124054).....	335
JEDRENJE U MALIM KLASAMA (124058)	337
KARDIOPULMONALNA REANIMACIJA ZA KINEZIOLOGE (124068).....	339
NAPREDNI ENGLSKI U KINEZIOLOGIJI (31129).....	341
NOTACIJSKA ANALIZA (124075)	343
POSLOVNO KOMUNICIRANJE I MEDIJSKI NASTUPI ZA KINEZIOLOGE (124077)	345
PREHRANA SPORTAŠA (31133)	348
PREVENCIJA OZLJEDA SPORTAŠA (31134).....	350
SPORT OSOBA S INVALIDITETOM (31224).....	353
ŽENE U SPORTU (31149).....	355
PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA IX. SEMESTRA	358
FITNES – metodika treninga fitnesa II (124022).....	359
HRVANJE – metodika treninga u hrvanju II (123957).....	361
JEDRENJE – metodika treninga u jedrenju II (123959).....	363
JUDO – metodika treninga u judu II (123963).....	366
KINEZIOLOŠKA REKREACIJA – menadžment sporta u turizmu (124027)	368
KINEZIOLOŠKA REKREACIJA – metodika kineziološke rekreacije u slobodno vrijeme II (124025)	371
KINEZITERAPIJA – odabrana poglavlja fizikalne medicine i rehabilitacije (124031)	373
KINEZITERAPIJA – prilagođene tjelesne aktivnosti (124029).....	375
KPS – metodika kondicijske pripreme II (124016)	377
KOŠARKA – metodika treninga u košarci II (123966)	380
NOGOMET – metodika treninga u nogometu II (123967).....	383
ODBOJKA – metodika treninga u odbojci II (123969).....	385
PLES – metodika treninga u plesu II (162576).....	387



SKIJANJE – metodika treninga u skijanju II (124006)	390
SPORTSKI MENADŽMENT – komunikacija u sportskom menadžmentu (124044).....	393
TENIS – metodika treninga u tenisu II (124010)	396
X. SEMESTAR.....	398
KINEZIOLOŠKA METODIKA U VISOKOM OBRAZOVANJU (31109)	400
ŽIVOT U PRIRODI I VJEŠTINA PREŽIVLJAVANJA (123978).....	403
DIPLOMSKI RAD	406
REDOSLIJED TIJEKA PRIJAVE, PREDAJE I OBRANE DIPLOMSKOG RADA.....	407
IZBORNI PREDMETI U PONUDI X. SEMESTRA.....	408
JOGA (206475)	409
KINESKI JEZIK U KINEZIOLOGIJI(139691).....	411
KINEZIOLOŠKA KOMUNIKOLOGIJA (124064)	413
METEOROLOGIJA I SPORT (172736).....	416
ODABRANE TEME IZ PEDIJATRIJE (172737)	418
ODBOJKA NA PIJESKU (124070).....	420
OLIMPIZAM (124078)	422
PREŽIVLJAVANJE U PRIRODI (124082).....	424
PRIMIENJENI GIMNASTIČKI PROGRAMI (124083)	426
RUKOMET NA PIJESKU (124080)	429
SPORT, NAVIJAČI I KULTURE MLADIH (124086).....	431
SUSTAVI KOMUNIKACIJE OSOBA S OŠTEĆENJEM SLUHA U KINEZIOLOGIJI (172738).....	434
TJELESNO VJEŽBANJE NEUROLOŠKIH BOLESNIKA (172739)	436
WELLNESS (124089).....	439
ZNANSTVENI ENGLSKI (124090)	441
PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA X. SEMESTRA	443
FITNES – grupni fitnes programi II (124034)	444
FITNES – programiranje treninga fitnesa (124033)	446
HRVANJE – kontrola treniranosti u hrvanju (123982).....	449
HRVANJE – programiranje treninga u hrvanju (123981)	451



JEDRENJE – kontrola treniranosti u jedrenju (123995).....	454
JEDRENJE – programiranje treninga u jedrenju (123994)	456
JUDO – kontrola treniranosti u judu (123997).....	459
JUDO – programiranje treninga u judu (123996)	461
KINEZIOLOŠKA REKREACIJA – metodika kineziološke rekreacije u turizmu (124035).....	463
KINEZITERAPIJA – metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka III (124036)	467
KINEZITERAPIJA – odabrana poglavlja interne medicine (124041)	470
KINEZITERAPIJA – odabrana poglavlja neurologije (124040).....	472
KPS – kontrola treniranosti (124032)	474
KPS – programiranje kondicijske pripreme (124030).....	476
KOŠARKA – kontrola treniranosti u košarci (123999)	478
KOŠARKA – programiranje treninga u košarci (123998).....	481
NOGOMET – kontrola treniranosti u nogometu (124001).....	484
NOGOMET – programiranje treninga u nogometu (124000).....	486
ODBOJKA – kontrola treniranosti u odbojci (124003).....	488
ODBOJKA – programiranje treninga u odbojci (124002).....	490
PLES – kontrola treniranosti u plesu (172746).....	492
PLES – programiranje treninga u plesu (172745).....	494
SKIJANJE – kontrola treniranosti u skijanju (124019)	497
SKIJANJE – programiranje treninga u skijanju (124018).....	499
SPORTSKI MENADŽMENT – marketing menadžment u sportu (124042)	502
SPORTSKI MENADŽMENT – poduzetništvo u sportu (124043).....	504
TENIS – kontrola treniranosti u tenisu (124024)	507
TENIS – programiranje treninga u tenisu (124023)	510
RASPORED ISPITNIH ROKOVA za 5. godinu u ak. god. 2020./2021.....	513
PROSTORNI KAPACITET	516
DVORANE	516
PREDAVAONICE	517



RASPORED NASTAVE

ZIMSKI semestar održava se u vremenu **od 05. 10. 2020. do 29. 01. 2020. godine**

LJETNI semestar održava se u vremenu **od 22. 02. 2021. do 04. 6. 2021. godine**

RASPORED ISPITNIH ROKOVA

Redoviti ZIMSKI ISPITNI ROK traje **od 01. 02. do 19. 02. 2021. godine.**

Redoviti LJETNI ISPITNI ROK traje **od 07. 6. do 09. 7. 2021. godine.**

Redoviti JESENSKI ISPITNI ROK traje **od 23. 8. do 15. 9. 2021. godine.**

UPISI

predmeta LJETNOG SEMESTRA ak. god. 2020./21. traje **od 01. 02. do 19. 02. 2021. godine.**

UPIS u ak. 2021./2022. godinu (predmeta ZIMSKOG SEMESTRA) traje **od 30. 8. do 24. 9. 2021. godine.**

BLAGDANI

Dan Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu je **03. 11. 2020. godine.**

Božićni i novogodišnji blagdani su **od 24. 12. 2020. do 06. 01. 2020. godine.**

Blagdani odnosno neradni dani su: **01.11.2020.** (Svi Sveti); **18.11.2020.** (Dan sjećanja na žrtve Domovinskog rata i Dana sjećanja na žrtvu Vukovara i Škabrnje); **25.12.2020.** (Božić), **26.12.2020.** (Sveti Stjepan), **01.01.2021.** (Nova Godina), **06.01.2021.** (Sveta tri kralja), **04.4.2021.** (Uskrs), **05.4.2021.** (Uskrsni ponedjeljak); **01.5.2021.** (Praznik rada); **30.5.2021.** (Dan državnosti); **03.6.2021.** (Tijelovo); **22.6.2021.** (Dan antifašističke borbe); **05.8.2020.** (Dan pobjede i domovinske zahvalnosti i dan hrvatskih branitelja); **15.8.2020.** (Velika Gospa).



IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 1. GODINE STUDIJA KINEZILOGIJE

KOORDINATOR 1. – GODINE

dr. sc. DAMIR PEKAS	
kancelarija	137
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru putem mail-a
e-mail	damir.pekas@kif.unizg.hr
telefon	+38513658737

I. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
120683	Atletika-hodanja i trčanja	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	9	18	18	3.5
31065	Funkcionalna anatomija	izv. prof. dr. sc. Davor Šentija	45	30		6.5
31097	Odbojka	prof. dr. sc. Nenad Marelić	15	30	30	6.0
120684	Osnovne kineziološke transformacije I	izv. prof. dr. sc. Maja Horvatin	12	24	24	5.0
120685	Povijest sporta	doc. dr. sc. Dario Škegro	30	30		3.5
31061	Sistematska kineziologija	prof. dr. sc. Goran Sporiš	45	15		5.0
UKUPNO			156	147	72	29.5



ATLETIKA – hodanja i trčanja (120683)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	
nositeljica predmeta		prof. dr. sc. Vesna Babić (na studijskoj godini)	
kancelarija		176	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		vesna.babic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658776	
vanjska suradnica		Danijela Grgić, mag. cin.	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		danijela.grgic@kif.unizg.hr	
vanjska suradnica		Petra Malokoć, mag. cin.	
e-mail		petra_m-92@hotmail.com	
vanjska suradnica		Paula Matijašević, mag. cin.	
e-mail		paula.konopka94@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
semestar	I. – zimski	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	3.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu – (TPP i V) hibridna kontakt nastava od 120 minuta – atletski stadion / 1/3 velike dvorane		
način izvođenja nastave	45 sati = 9P + 18TPP + 18V + e-učenje + terenska nastava + samostalni zadaci		
razina primjene e-učenja	2. razina 10%	očekivani broj studenata na predmetu	255
ciljevi predmeta	usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja o strukturama kretanja i metodama poučavanja različitih atletskih disciplina te njihova primjena u edukaciji, rekreaciji i sportu.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za provođenje nastavnih tema hodanja i trčanja predviđenih planom i programom TZK u osnovnim, srednjim školama i fakultetima. Osim razumijevanja teorijskih osnova sposobni su demonstrirati elemente tehnike te methodske vježbe i postupke za poučavanje disciplina hodanja i trčanja te organizirati školska natjecanja i voditi natjecatelje na međuškolska i sveučilišna natjecanja iz atletike.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- prezentirati tehniku izvedbe osnovnih elemenata hodanja, sportskog hodanja, trčanja, sprinterskog trčanja, startova u atletici, štafetnog i preponskog trčanja;- primjenjivati metodiku poučavanja osnovnih elemenata hodanja, sportskog hodanja, trčanja, sprinterskog trčanja, startova u atletici, štafetnog i preponskog trčanja;- analizirati i prepoznati korektnu izvedbu te pogreške u izvedbi osnovnih elemenata hodanja, sportskog hodanja, trčanja, sprinterskog trčanja, startova u atletici, nekih štafetnih i preponskih trčanja;- primijeniti methodske postupke za otklanjanje pogrešaka u osnovnim elementima hodanja, sportskog hodanja, trčanja, sprinterskog trčanja, startova u atletici, nekih štafetnih i preponskih trčanja;- mjeriti rezultate u disciplinama hodanja i trčanja;- primijeniti znanja iz atletskih pravila;		



	<ul style="list-style-type: none">- organizirati školsko natjecanje u disciplinama hodanja i trčanja;- razumjeti organizaciju atletskog sporta u svijetu, Europi i Hrvatskoj;- razumjeti način organizacije, prijave i održavanja atletskih natjecanja u disciplinama hodanja i trčanja.					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Teorijska predavanja</p> <ol style="list-style-type: none">0. Uvod. Upute za korištenje sustava za e-učenje Merlin. Pojavni oblici atletike. Povijesni razvoj atletike u svijetu i u Hrvatskoj. (1P)1. Hodanje i sportsko hodanje: uloga i značaj, kineziološka analiza, pravila (2P)2. Trčanje na kratke, srednje i duge pruge. Kros trčanje: podjela, kineziološka analiza, pravila. (2P)3. Štafetna trčanja: podjela, kineziološka analiza, pravila (2P)4. Preponska trčanja: podjela, kineziološka analiza, pravila (2P) <p>Seminarska predavanja i vježbe:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Učenje tehnika hodanja i sportskog hodanja. Vježbe za učenje hodanja i sportskog hodanja. (2P+2V)2. Razvoj sposobnosti istrajnog trčanja. Kontinuirano trčanje. Intervalno trčanje. Cooperov test. Mjerenje rezultata u trčanjima. (2P+2V)3. Učenje tehnike trčanja analitičkim načinom: prikaz i analiza metodike poučavanja osnovnih vježbi škole trčanja. Vježbe za učenje tehnike trčanja. (2P+2V)4. Učenje tehnika različitih startova u hodanjima i trčanjima, njihova primjena i posebnosti. Vježbe za učenje startova i startnog ubrzanja. (2P+2V)5. Učenje tehnike sprinterskog trčanja – tehnika trčanja u zavoju, tehnika trčanja u završnici. Startovi u zavoju. Analiza učinkovitosti tehnike sprinterskog trčanja. Vježbe za učenje niskog starta. (2P+2V)6. Učenje tehnika primanja i predaje štafetne palice. Vrste i načini primopredaje. Elementarne štafete. (2P+2V)7. Učenje tehnika trčanja štafeta 4x60 i 4x400 m. Natjecanja u štafetnim trčanjima. (2P+2V)8. Metodske vježbe za učenje prelazaka preko prepona. Vježbe za učenje ritmičnog trčanja preko prepona. (2P+2V)9. Metodske vježbe za učenje tehnike trčanja prepona (2P+2V)					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	14%	0,5	praktični dio ispita	29%	1
	projektni zadaci	14%	0,5	pismeni ispit	14%	0,5
	usmeni ispit	29%	1	ukupno		3.5 ECTS
Obvezna literatura (dostupna u knjižnici i putem ostalih medija)	<ol style="list-style-type: none">1. Babić, V. (2010). Atletika hodanja i trčanja. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.2. Šnajder, V. (1997). Na mjesta pozor... Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.3. Međunarodna pravila za atletska natjecanja. Zagreb: Hrvatski atletski savez (IAAF Competition rules 2010 -2013: http://www.iaaf.org/mm/Document/Competitions/TechnicalArea/05/47/81/20091027115916_httppostedfile_CompRules2010_web_26Oct09_17166.pdf					



Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Čoh, M. (2001). Biomehanika atletike. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.2. Čoh, M. (2002). Atletika. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.3. Šnajder, V., Milanović, D. (1991). Atletika hodanja i trčanja. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



FUNKCIONALAN ANATOMIJA (31065)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Davor Šentija	
kancelarija		185	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		davor.sentija@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658612	
nastavnica		izv. prof. dr. sc. Marija Rakovac	
kancelarija		31	
konzultacije		petkom od 11.00 do 12.00 sati (Microsoft Teams) / on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		marija.rakovac@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658651	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
semestar	I. - zimski	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	6.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) i (S) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	75 sati = 45P + 30S + samostalni zadaci + mediji i mreža + laboratorij	očekivani broj studenata na predmetu	230 - 240
ciljevi predmeta	Tijekom nastave studenti će se upoznati s ustrojem i građom ljudskog tijela. Opisat će se osnove građe i morfologije organa i organskih sustava čovjeka – omogućiti usvajanje teorijskih i praktičnih znanja o građi i funkciji ljudskog tijela, s posebnim naglaskom na sustav organa za pokretanje te se upoznati s mogućim primjenama znanja iz funkcionalne anatomije u analizi normalne, sportske i patološke lokomocije.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon usvajanja gradiva kolegija <i>Funkcionalna anatomija</i> studenti će steći osnovna znanja o građi i funkciji ljudskog organizma. Znanje o morfologiji i funkciji svih organskih sustava poslužit će im kao temelj, pa i preduvjet za usvajanje gradiva nekih drugih kolegija (poput Fiziologije sporta i vježbanja, Kineziološke kinantropologije, Biomehanike, Kineziterapije i dr.). Usvajanje detaljnijeg gradiva o građi i funkciji lokomotornog sustava studentima će omogućiti anatomsku analizu pokreta u sportovima i drugim tjelesnim aktivnostima, u zdravih ljudi kao i u oboljelih od nekih kroničnih bolesti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Usvajanje osnovnog anatomske nazivlja i znanja o obliku i načelima građe čovječjeg tijela.- Usvajanje znanja o podjeli i značajkama pojedinih organskih sustava.- Usvajanje znanja o koštanom sustavu čovjeka.- Usvajanje znanja o zglobnom sustavu. Polazeći od osnovnih zadaća ovog predmeta, studenti će moći definirati i opisati ljudski pokret, usvajanjem nazivlja i podjele zglobova prema osnovnim ravninama i osovinama pokreta te znanja o kinematičkim lancima.- Usvajanje znanja o mišićnom sustavu.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari iz lokomotornog sustava (svaka nastavna tema se obrađuje 2P + 2S)		



	<ol style="list-style-type: none">1. Uvodno predavanje i seminar: Općenito o anatomiji, podjela anatomije. Oblik i građa čovječjeg tijela. Anatomske nazivlje. Načela građe ljudskog tijela. Osnove znanosti o stanicama i tkivima. Osteologia – uvod u znanost o kostima.2. Kostir trupa (ossa trunci) – kralješnica3. Kostir prsnog koša, kostir gornjih udova (ramenog obruča i nadlaktice)4. Kostir gornjih udova – nastavak (kostir podlaktice, šake) i kostir donjih udova (zdjeljna kost)5. Kostir donjih udova – nastavak – kostur noge (pars libera membri inferioris)6. Kostir lubanje (cranium). Kostir moždanog i utrobnog dijela lubanje (neurocranium, viscerocranium).7. Sindesmologija (arthrologia) – znanost o spojevima kostiju. Općenito – nepokretni, polupokretni, pokretni (pravi) zglobovi. Građa zgloba. Mehanika pokretnih zglobova. Podjela pokretnih zglobova (prema građi i prema broju osi u zglobu). Ravnine i osovine pokreta. Nomenklatura pokreta prema regijama tijela.8. Čeljusni zglob, spojevi i zglobovi kralješnice, zglobovi prsnoga koša, zglobovi gornjih udova (rameni obruč i rameni zglob)9. Zglobovi gornjih udova – nastavak (zglobovi i spojevi podlaktice i šake) i zglobovi donjih udova (zglobovi i spojevi zdjeljnog obruča, zglob kuka)10. Zglobovi donjih udova – nastavak (koljeno, zglobovi i spojevi kostiju potkoljenice, zglobovi stopala)11. Miologija – općenito (podjela, građa, pomoćni organi, djelovanje mišića)12. Mišićje glave i vrata13. Mišićje trupa (mm. trunci) prsno mišićje, trbušno mišićje, leđno mišićje14. Mišićje gornjih udova (mm. membri superioris)15. Mišićje donjih udova (mm. membri inferioris) <p>Predavanja iz opće anatomije (ostalih organskih sustava):</p> <ol style="list-style-type: none">1. Živčani sustav. Organizacija živčanog sustava. Središnji živčani sustav. Veliki mozak. Mali mozak. Mozgovno deblo. Kralješnička moždina (2P)2. Autonomni živčani sustav i osjetila. Simpatički sustav. Parasimpatički sustav. Osjetilo vida. Osjetilo sluha. Osjetilo njuha. Osjetilo okusa. Propriocepcija. (2P)3. Krvožilni sustav. Srce. Krvne žile. Krv. Veliki i mali krvotok. Limfni sustav. (2P)4. Dišni sustav. Prsni koš kao cjelina. Vanjski nos. Nosna šupljina. Paranasalni sinusi. Ždrijelo. Grkljan. Dušnik. Dušnice. Pleura. Pluća. Mehanika disanja. (2P)5. Probavni sustav. Usna šupljina. Jednjak. Želudac. Crijeva. Jetra. Gušterača. (2P)6. Trbušna šupljina, mezenterij, pottrbušnica (1P)7. Sustav žlijezda s unutrašnjim izlučivanjem (2P)8. Mokraćni sustav, spolni sustav (2P)					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	8%	0,5	kolokviji	23%	1.5
	pismeni ispit	15%	1	usmeni ispit	54%	3.5
	ukupno				6.5 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Keros, P., Pećina, M., Ivančić-Košuta, M. (1999). Temelji anatomije čovjeka. Zagreb: Naprijed.2. Platzer, W. (2003). Priručni anatomske atlas u 3 sveska – (1) Sustav organa za pokretanje. Zagreb: Medicinska naklada.					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Sobotta, J. (2007). Atlas anatomije čovjeka 1-2. Jastrebarsko: Naklada Slap.					



	2. Krmpotić-Nemanić, J., Marušić, A. (2007). Anatomija čovjeka. Zagreb: Medicinska naklada.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



ODBOJKA (31097)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Nenad Marelić	
kancelarija		161	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		nenad.marelic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658761	
nastavnik		izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković	
kancelarija		41	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658641	
nastavnik		doc. dr. sc. Tomica Rešetar	
kancelarija		69	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomica.resetar@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658669	
studijski program	integrirani studij Kineziologije	status predmeta	obvezan
semestar	I. - zimski	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu – (TPP i V) hibridna kontakt nastava od 120 minuta – 1/3 velike dvorane		
način izvođenja nastave	75 sati = 15P + 30S + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	230 - 235
ciljevi predmeta	Pripremiti i osposobiti studente za izvođenje nastavnih jedinica iz odbojke zastupljenih u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnoj i srednjoj školi (ali djelomično i u visokoškolskim institucijama, rekreaciji i sportu). Poseban naglasak je na pravilnom metodičkom putu učenja onih nastavnih tema koje su zastupljeni u nastavnom planu osnovnih i srednjih škola te pravilnom metodičkom putu k igri 6 : 6, ali i na pravilnom usvajanju pojedinih odbojkaških tehnika radi kasnije pravilne demonstracije.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će se osposobiti i steći praktična i teorijska znanja nužna za provedbu nastavnih tema u osnovnoj i srednjoj školi u okvirima plana TZK. Po završetku, osim razumijevanja teorijskih spoznaja osposobit će se za demonstraciju pojedinih elemenata, detektiranje pogrešne izvedbe i pravilan metodički pristup učenju i usavršavanju odbojkaških znanja.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će tijekom nastave ovladati osnovnim odbojkaškim elementima prema nastavnom planu i programu za osnovne škole sadržanih u fazama: <ul style="list-style-type: none">- servis,- prijem servisa,- dizanje,- smeč,- blok,- obrana polja.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen	Teorijska predavanja <ol style="list-style-type: none">1. Povijesni razvoj odbojke (2P)2. Pravila odbojke (2P)		



prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none">3. Strukturalna analiza odbojke (2P)4. Nastavne teme iz odbojke u osnovnoj i srednjoj školi i metode učenja (2P)5. Didaktički principi i metodički postupci učenja i vježbanja prilagođeni osnovnoj i srednjoj školi (elemenata tehnike u Kompleksu 1 i Kompleksu 2) (2P)6. Analiza i metodički postupci učenja elemenata taktike u Kompleksu 1 i Kompleksu 2 (individualna taktika, grupna taktika) (2P)7. Odbojka 6 x 6. Sustavi igre, sustavi zaštite smeča u K1 i K2. (3P) <p>Teorijsko-praktična predavanja i vježbe (svaka nastavna tema se obrađuje 2TPP + 2V)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Odbojkaški stavovi i kretanja. Vršna odbijanja, Igre 1 : 1.2. Podlaktična odbijanja3. Donji servis4. Mini odbojka (3 : 3)5. Servisi bez rotacije6. Igre 4 : 4. Rotacijski servisi.7. Smeč visoke lopte8. Blok9. Igra 6 : 6 – Sustav 6 : 0,10. Sustavi zaštite smeča (1)-2-3, -211. Početnički (tradicionalni) sustav 4 : 212. Početnički sustav 4 : 213. Igra 6 : 6 – sustavom 4 : 2 (5 : 1, 3 : 3)14. Igra 6 : 6 sa zadacima u K115. Igra 6 : 6 sa zadacima u K2								
Obveze studenata	studenti su dužni prisustvovati nastavi.								
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	17%	1	pismeni ispit	17%	1	kolokviji	17%	1
	usmeni ispit	17%	1	praktični rad	32%	2	ukupno	6.0 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Janković, V., Marelić, N. (2003). Odbojka za sve. Zagreb: Autorska naklada.2. Marelić, N., Marelić, S., Đurković, T., Rešetar, T. (2008). Nastavne teme iz odbojke za osnovne škole – priručnik za učitelje tjelesne i zdravstvene kulture. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu3. Službena pravila odbojke. (2010). Zagreb: Hrvatski odbojkaški savez								
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Janković, V., Marelić, N. (1995). Odbojka. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.2. Janković, V., Đurković, T., Rešetar, T. (2009). Uvod u specijalizaciju igračkih uloga u odbojci. Zagreb: Autorska naklada								
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.								



OSNOVNE KINEZILOŠKE TRANSFORMACIJE I (120684)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Maja Horvatin	
kancelarija		40/4	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		maja.horvatin@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658606	
nastavnik		prof. dr. sc. Goran Marković	
kancelarija		130	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		goran.markovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658673	
nastavnik		doc. dr. sc. Saša Vuk	
kancelarija		40/3	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		sasa.vuk@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658603	
nastavnica		doc. dr. sc. Josipa Nakić	
kancelarija		40/3	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		josipa.nakic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658603	
vanjski suradnik		Bruno Damjan, mag. cin.	
e-mail		damjan.bruno@gmail.com	
vanjska suradnica		Paula Ivkovčić, mag. cin.	
e-mail		paulaivkovcic@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
semestar	I. - zimski	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu – (TPP i V) hibridna kontakt nastava od 120 minuta – 1/3 velike dvorana		
način izvođenja nastave	60 sati = 12P + 24S + 24V	očekivani broj studenata na predmetu	230 - 235
ciljevi predmeta	Predstaviti temeljne značajke formalnog modela kinezioloških transformacijskih procesa. Predstaviti klasifikaciju (strukturu) općih i biotičkih motoričkih znanja te motoričkih sposobnosti čovjeka. Usvojiti opća i biotička motoričkih znanja, usmjerena prema kineziološkim transformacijama motoričkih sposobnosti čovjeka; Predstaviti temeljne značajke transformacijskih operatora (sadržaja, metoda i opterećenja), usmjerenih prema usvajanju i usavršavanju općih i biotičkih motoričkih znanja te razvoju (održavanju) motoričkih sposobnosti kod osoba različite dobi, spola, razine treniranosti i vještine.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Sposobnost neovisnog kritičkog promišljanja i rješavanja problema; - znanja i vještine o mjerenju i procjenjivanju motoričkih znanja i motoričkih sposobnosti kod zdravih osoba različite dobi, spola, razine tjelesne aktivnosti i vještine; primjena kinezioloških transformacijskih postupaka u svrhu		



	1) unapređenja psiho-motoričkog razvoja djece te 2) unapređenja/očuvanja zdravlja i fitnesa osoba različite dobi, spola, razine tjelesne aktivnosti i vještine.																		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će moći: - razumjeti osnovnu klasifikaciju (strukturu) biotičkih i općih motoričkih znanja te motoričkih sposobnosti čovjeka; - pravilno demonstrirati biotička i opća motorička znanja, namijenjena kineziološkim transformacijama motoričkih sposobnosti; - razumjeti temeljne principe mjerenja motoričkih sposobnosti i uspješno ih primjenjivati u praktičnom radu u područjima primijenjene kineziologije; - razumjeti temeljne značajke formalnog modela kinezioloških transformacija i transformacijskih operatora te uspješno primijeniti ta znanja u praksi s ciljem 1) usvajanja i usavršavanja biotičkih i općih motoričkih znanja te 2) razvoja (održavanja) motoričkih sposobnosti kod osoba različite dobi, spola, razine treniranosti i vještine; - razumjeti temeljne odnose između motoričkih sposobnosti i morfoloških obilježja.																		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja (P) 1. Terminologija (2P) 2. Formalni model transformacijskih procesa i značajke (2P) 3. Značajke transformacijski operatora – sadržaji (2P) 4. Značajke transformacijski operatora – metode i opterećenja (2P) 5. Struktura i transformacije motoričkih sposobnosti (4P) Teorijsko-praktična predavanja (TPP) i vježbe (V) 1. Terminologija (2TPP+2V) 2. Prirodni oblici kretanja – savladavanje prostora (2TPP+2V) 3. Prirodni oblici kretanja – savladavanje prepreka (2TPP+2V) 4. Prirodni oblici kretanja – savladavanje otpora (2TPP+2V) 5. Prirodni oblici kretanja – manipulacija objektima (2TPP+2V) 6. Fleksibilnost (2TPP+2V) 7. Ravnoteža i preciznost (2TPP+2V) 8. Brzina (2TPP+2V) 9. Koordinacija i agilnost (4TPP+4V) 10. Jakost i snaga (4TPP+4V)																		
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave; aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu; polaganje kolokvija i ispita.																		
Praćenje rada studenata	<table border="1"><tr><td>pohađanje nastave</td><td>20%</td><td>1</td><td>pismeni ispit</td><td>40%</td><td>2</td><td>kolokviji</td><td>40%</td><td>2</td></tr><tr><td colspan="7"></td><td>ukupno</td><td>5.0 ECTS</td></tr></table>	pohađanje nastave	20%	1	pismeni ispit	40%	2	kolokviji	40%	2								ukupno	5.0 ECTS
pohađanje nastave	20%	1	pismeni ispit	40%	2	kolokviji	40%	2											
							ukupno	5.0 ECTS											
Obvezna literatura	1. Sekulić, D., M. Metikoš (2007). <i>Uvod u Osnovne Kineziološke Transformacije – Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji</i> . Split: Sveučilište u Splitu, Fakultet prirodoslovno – matematičkih znanosti i kineziologije. http://www.kifst.unist.hr/~dado/index_files/OKT_gray_02-11-2010.pdf 2. Horvatin, M. (2017). <i>Nazivlje osnovnih položaja, pokreta i kretnji</i> . (Priručnik) https://www.kif.unizg.hr/download/repository/Maja_Horvatin_-_NAZIVLJE_OSNOVNIH_POLOZAJA_POKRETA_I_KRETNJI.pdf 3. Metikoš, D., E. Hofman, F. Prot, Ž. Pintar, G. Oreb (1989). <i>Mjerenje bazičnih motoričkih dimenzija sportaša</i> . Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. 4. Jukić I., G. Marković (2005). <i>Kondicijske vježbe s utezima</i> . Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.																		



	5. Radni materijali za pripremu praktičnih kolokvija objavljeni na Internet stranici predmeta https://www.kif.unizg.hr/predmet/okt1 i u Merlin-u.
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Alter, J. M. (1988). <i>Science of Stretching</i>. Human Kinetics Book. Champaign.2. Beachle, T., Earle, RW. (2008). <i>Essentials of Strength Training and Conditioning</i>. Human Kinetics, Champaign, IL., USA.3. Bomp, T.O. (2005). <i>Cjelokupan trening za mlade pobjednike</i>. Zagreb: Gopal.4. Brown, L. E., V. A. Ferrigno, J. C. Santana (2000). <i>Brzina, agilnost, eksplozivnost</i>. Zagreb: Gopal.5. <i>Kondicijski trening</i>. Stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. Zagreb: Udruga kondicijskih trenera Hrvatske (UKTH).6. Koritnik, M. (1978). <i>2000 igara</i>. Zagreb: "Zadružna štampa".7. Marković, G., Bradić, A. (2008). <i>Nogomet – integralni kondicijski trening</i>. TVZ, Zagreb.8. Metikoš, D. i suradnici (1975). <i>Model hijerarhijske strukture motoričkih sposobnosti</i>. <i>Kineziologija</i> 5(1-2); 8-84.9. Milanović, D., I. Jukić i suradnici (ur.) (2003 – 2009). <i>Kondicijska priprema sportaša</i>. Zbornici radova s međunarodne konferencije. Zagreb: Zagrebački velesajam i Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.10. Radcliffe, J.C., R.C. Farentinos (2003). <i>Pliometrija</i>. Zagreb: Gopal.11. Tkalčić, S. (2000). <i>Kretnje bez nastavnih pomagala</i>. Zagreb: Športmark.12. Tkalčić, S. (2000). <i>Kompleksi opće pripremnih kretnji</i>. Zagreb: Športmark.13. Tkalčić, S. (2000). <i>Švedska klupa u nastavi i sportskom treningu</i>. Zagreb: Športmark.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



POVIJEST SPORTA (120685)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Dario Škegro	
kancelarija		117	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		dario.skegro@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658656	
nastavnik		doc. dr. sc. Zrinko Čustonja	
kancelarija		117	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		zrinko.custonja@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658717	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obavezan
semestar	I. - zimski	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	3.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) i (S) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30S + radionice + terenska nastava + samostalni zadaci + mentorski rad	očekivani broj studenata na predmetu	250 - 255
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za razumijevanje nastanka i razvoja sporta u svijetu i Hrvatskoj. Također, cilj je da studenti shvate i bolje razumiju društvene, političke, ekonomske, kulturne i druge čimbenike koji su utjecali na nastanak i razvoj sporta. Poseban je naglasak na usvajanju koncepta uzročno-posljedičnih veza i razumijevanju mehanizma njihovog djelovanja u povijesti sporta. Nadalje, cilj je upoznati studente s osnovama povijesti kao znanosti te im pružiti uvid u historiografiju sporta kako na hrvatskom tako i na stranim jezicima.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- Poznavanje i razumijevanje sa stajališta historiografije i historiografskih metoda istraživanja pojave i razvoja sporta u Hrvatskoj i svijetu te mogućnost njihovog povezivanja sa suvremenim događanjima u području sporta.- Poznavanje osnovnih informacija o nastanku i razvoju pojedinih sportova, sportskih grana i sportskih pokreta u Hrvatskoj te razumijevanje uloge sporta u razvoju suvremenog hrvatskog društva.- Poznavanje ključnih društvenih, političkih, ekonomskih i dr. čimbenika koji su utjecali na razvoj sporta u Hrvatskoj i svijetu.- Primjena znanja iz povijesti sporta na objašnjavanje i razumijevanje aktualnih pitanja i kontroverzi u sportu.- Razumijevanje koncepta uzročno-posljedičnih veza i njegova primjena u objašnjavanju prošlih i sadašnjih fenomena koji se javljaju u sportu.- Poboljšanje i razvijanje sposobnosti kritičkog i konstruktivnog razmišljanja, poticanje studenata na daljnja promišljanja fenomena sporta sa stajališta njegovog povijesnog razvoja te poticanje na iznošenje vlastitih stavova i mišljenja o različitim suvremenim temama sa stajališta povijesnoga nasljeđa.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Poznavanje osnovnih osobina, specifičnosti i razlika u razvoju tjelovježbe i sporta u različitim povijesnim razdobljima (Stari vijek, Srednji vijek, Novi vijek i Suvremeno doba).		



	<ul style="list-style-type: none">- Sposobnost prepoznavanja ključnih osoba i događaja te njihovih uzroka i posljedica u kronologiji razvoja sporta u Hrvatskoj i svijetu.- Poznavanje i razumijevanje utjecaja društvenih, političkih, ekonomskih kulturnih i dr. čimbenika na pojavu i razvoj sporta u Hrvatskoj i svijetu.- Sposobnost povezivanja događaja iz različitih povijesnih razdoblja kao i njihovo povezivanje sa suvremenim događanjima u sportu.- Poznavanje glavnih uzroka nastanka, mehanizama razvoja i posljedica ključnih događanja u razvoju sporta i sportskog pokreta u Hrvatskoj.- Poznavanje i razumijevanje uloge, značaja i specifičnosti sporta u razvoju hrvatskoga društva.- Razvijanje sposobnosti kritičkog razmišljanja o osobama i događajima iz povijesti sporta te sposobnost komparativnog mišljenja u odnosu na suvremenike i suvremena događanja u sportu.- Poznavanje i razumijevanje osnova historije kao znanosti te poznavanje najvažnijih dijela iz historiografije sporta u Hrvatskoj i svijetu.- Stjecanje i usavršavanje znanja pisanja i izlaganja seminarskog rada.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja (svaka nastavna tema izvodi se dva nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Historiografija sporta: definicija područja; predmet proučavanja; ciljevi i zadaće; metode istraživanja2. Povijest sporta i tjelovježbe u svijetu – pretpovijesne civilizacije; Stari vijek – Mezopotamija, Egipat, Kreta3. Povijest sporta i tjelovježbe u svijetu – Stari vijek – Grčka i Rim4. Povijest sporta i tjelovježbe u svijetu – Stari vijek – Antičke olimpijske igre5. Povijest sporta i tjelovježbe u svijetu – Srednji vijek i Renesansa6. Povijest sporta i tjelovježbe u svijetu – Novi vijek – Prosvjetiteljstvo, Filantropizam i Gimnastički sustavi7. Povijest sporta i tjelovježbe u svijetu – Novi vijek – Moderni sport8. Povijest sporta i tjelovježbe u svijetu – Novi vijek – Pierre de Coubertine i obnova olimpijskoga pokreta9. Povijest sporta i tjelovježbe u svijetu – Novi vijek – Olimpijske igre i razvoj olimpijskoga pokreta10. Povijest sporta i tjelovježbe u Hrvatskoj – Hrvatska do I. svjetskoga rata11. Povijest sporta i tjelovježbe u Hrvatskoj – Hrvatska između dva svjetska rata12. Povijest sporta i tjelovježbe u Hrvatskoj – Hrvatski sokol13. Povijest sporta i tjelovježbe u Hrvatskoj – Franjo Bučar i olimpizam u Hrvatskoj14. Povijest sporta i tjelovježbe u Hrvatskoj – Hrvatska poslije II. svjetskoga rata15. Povijest sporta i tjelovježbe u Hrvatskoj – Razvoj nastave tjelesne i zdravstvene kulture u Hrvatskoj <p>Seminari (svaka nastavna tema izvodi se dva nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Uvod – historiografski praktikum (metode istraživanja, metode pisanja, izvori u historiografiji i historiografiji sporta)2. Uvod – historiografski praktikum (o seminarskim radovima – način pisanja, izbor i definiranje teme, definiranje cilja seminarskog rada, korištenje izvora, korištenje Interneta kao izvora, znanstvene baze podataka u historiografiji i kineziologiji; usmeno izlaganje seminarskog rada)3. Uvod – historiografski praktikum (sport u svjetskoj i hrvatskoj historiografiji – pregled i upoznavanje s najznačajnijim historiografskim djelima)



	<ol style="list-style-type: none">4. Sport i tjelovježba kao temelj sustava odgoja i obrazovanja djece i mladih u antičkoj Grčkoj5. Društvena i politička dimenzija olimpizma u antici6. Skolastika i odnos prema ljudskom tijelu7. Tjelovježba u razdobljima Humanizma, Renesanse i Prosvjetiteljstva – pitanja odgoja i obrazovanja djece i uloge tjelovježbe8. Društvena i politička pozadina pokretanja gimnastičkih sustava u Europi9. Thomas Arnold i rođenje modernog sporta10. Olimpizam – olimpijska filozofija, razvoj olimpizma i ishodi11. Pojava i razvoja starih sportova u Hrvatskoj12. Pojava i razvoj modernih sportova u Hrvatskoj13. Politički čimbenici i nastava tjelesne i zdravstvene kulture u Hrvatskoj14. Kineziologija u Hrvatskoj i Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu15. Sport u Hrvatskoj u razdoblju komunizma i hrvatske državne samostalnosti – uloga društvenih i političkih događanja na razvoj sporta					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave; sudjelovanje u svim oblicima nastave; izrada i javno izlaganje seminarskog rada					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	6%	0.2	pismeni ispit	23%	0.8
	seminarski rad	23%	0.8	usmeni ispit	48%	1.7
	ukupno					5.0 ECTS
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Jajčević, Z. (2010). Povijest tjelesnog vježbanja i športa. Zagreb: Kineziološki fakultet i Društveno veleučilište u Zagrebu.2. Jajčević, Z. (2007). Olimpizam u Hrvatskoj. Zagreb: Libera Editio.3. Jajčević, Z. (2008). Antičke olimpijske igre i moderni olimpijski pokret do 1917. godine. Zagreb: Libera Editio.					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Čustonja, Z. (2004). Razvoj nastave tjelesne i zdravstvene kulture u Hrvatskoj. Zagreb: Hrvatski športski muzej.2. Jajčević, Z. (2010). 225 godina športa u Hrvatskoj. Osijek: Streljački savez Osječko-baranjske županije3. Radan, Ž. (1980). Franjo Bučar i početak gimnastičkog i sportskog pokreta u Hrvatskoj. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu4. Radan, Ž. (1983). Olimpizam u krajevima naroda Jugoslavije do 1919. godine. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu5. časopis Povijest sporta (1970.-1999.) broj 1.-120.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



SISTEMATSKA KINEZILOGIJA (31061)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Goran Sporiš	
kancelarija		122	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		goran.sporis@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658722	
nastavnik		doc. dr. sc. Vlatko Vučetić	
kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658663	
suradnica		Marijana Briški Gudelj, dipl. bibl.	
e-mail		marijana.briski@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		Jere Gulin, mag.cin.	
kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 8)	
e-mail		jere.gulin@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		Stipo Dajaković, mag.cin.	
e-mail		stipo.dajakovic@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
semestar	I. - zimski	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) – (S) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu		
način izvođenja nastave	60 sati = 45P + 15S + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	230 - 235
ciljevi predmeta	Upoznavanje i istraživanje društveno-povijesnih uvjeta u kojima se kineziologija javlja i oblikuje kao samosvojno znanstveno-istraživačko područje. Sistematizacija spoznaja o proučavanju općih zakonitosti ljudskog kretanja, općih zakonitosti upravljanja procesom vježbanja kao i proučavanje posljedica koje ti procesi imaju na ljudski organizam te proučavanje svih drugih, u tom smislu relevantnih, oblika ljudskog djelovanja i postojanja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Poznavanje osnovnih rezultata istraživanja o utjecaju tjelesne aktivnosti na psihosomatski čovjeka kroz definiranje relevantnih parametara općeg modela kineziološkog transformacijskog procesa te s mogućim promjenama antropoloških obilježja, motoričkih znanja i zdravlja, kao i s odgojnim i drugim efektima kinezioloških transformacija		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Razumijevanje društveno-povijesnih uvjeta u kojima se kineziologija javlja i oblikuje kao samosvojno znanstveno-istraživačko područje, položaj i uloga zagrebačkog kineziološkog kruga u europskim i svjetskim trendovima razvoja kineziologije. - Sistematizacija spoznaja o proučavanju općih zakonitosti ljudskog kretanja, općih zakonitosti upravljanja procesom vježbanja, kao i proučavanje posljedica koje ti procesi imaju na ljudski organizam te proučavanje svih drugih u tom smislu relevantnih, oblika ljudskog djelovanja i postojanja. - Struktura kineziološke znanosti. Samosvojnost i odnos kineziologije i drugih znanosti. Predmet i metode istraživanja u kineziologiji. Didaktička transpozicija kinezioloških spoznaja. Profesionalna izobrazba i kvalifikacija u područjima kineziološke znanosti i područjima primijenjene kineziologije.		



	<p>Upoznati i opredijeliti se za obrazovne profile kao perspektive svog profesionalnog angažmana kineziologa u suvremenom društvu s obzirom na mogućnost znanstvenog i stručnog angažmana. - Poznavanje relevantnih istraživanja parametara općeg modela kineziološkog transformacijskog procesa s mogućim promjenama antropoloških obilježja, motoričkih znanja i zdravlja, kao i s odgojnim i drugim efektima kinezioloških transformacija. Poznavanje elemenata određivanja ciljeva procesa vježbanja. Kratkoročni, srednjoročni i dugoročni ciljevi usmjerenog procesa vježbanja. Neposredni i posredni ciljevi transformacijskih procesa. Postupci pripreme i realizacije kinezioloških transformacija: orijentacija, selekcija, planiranje, programiranje, provedba, kontrola i vrednovanje. Implicitni i eksplicitni model reprezentacije djelovanja transformacijskih operatora. - Konceptualizacija, operacionalizacija i mjerenje u kineziologiji. Sistemski i kibernetički pristup funkcioniranju kinezioloških sustava. Pojam, elementi i vrste karakterističnih stanja subjekta u okviru transformacijskog procesa. Upravljanje kineziološkim transformacijskim procesima. - Raznovrsnost (kineziorazolikost) i stupanj usvojenosti motoričkih znanja, razine osobina i sposobnosti, stanje zdravlja i odgojni efekti. Izbor i distribucija sadržaja rada, distribucija volumena opterećenja. Metodologija određivanja transformacijske vrijednosti kinezioloških operatora i utjecaj vježbanja na razinu i kvalitetu motoričkih znanja, regulaciju, razvoj i održanje antropoloških obilježja. Komponenta volumena rada. Modaliteti rada. Kvantitativne i kvalitativne promjene pod utjecajem procesa vježbanja. - Redovita tjelesna aktivnost/vježbanje kao čimbenik biološkog opstanaka čovjeka i kulture življenja. Suvremeno civilizacijsko opredjeljenje u odnosu aktivni kineziološki angažman (tjelesnu aktivnost i sport) kroz deklarativne objave UNESCO, ICSSPE, ICHPER-SD, WHO i EU. Internacionalni i nacionalni modaliteti organiziranja povezani s promicanjem aktivnog kineziološkog angažmana (znanstveno stručna okupljanja, sportski susreti i smotre, selektivna sportska natjecanja).</p>
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja</p> <ol style="list-style-type: none">1. Uvod u sistematsku kineziologiju (zahtjevi i organizacija predmeta); profesionalni status kineziologa – obrazovni profili i perspektive trajnog profesionalnog angažmana kineziologa u suvremenom društvu (edukacija, selektivni sport, rekreacija (slobodno vrijeme, sport za sve), kineziterapija i prilagođena tjelesna aktivnost, vojska, policija i službe spašavanja) (3P)2. Pojam i definicije kineziologije (2P)3. Položaj kineziologije u hrvatskom kulturnom krugu (2P)4. Povijest i preteče kineziologije (2P)5. N. Dally i suvremeni razvoj kineziologije (2P)6. Struktura kineziologije i zagrebački kineziologijski krug, trendovi daljeg razvoja: bazične i primijenjene kineziologijske discipline i didaktičke transpozicije (2P)7. Struktura kineziologije i zagrebački kineziologijski krug, trendovi daljeg razvoja: antropološke i metodološke subdiscipline i didaktička transpozicija (2P)8. Predmet i metode istraživanja – ciljevi 1. dio – neposredni ciljevi (2P)9. Predmet istraživanja: ciljevi – 2. dio posredni ciljevi (2P)10. Predmet istraživanja: transformacijski proces – 1. dio – karakteristična stanja (2P)11. Predmet istraživanja: transformacijski proces – 2. dio karakteristični postupci (2P)12. Predmet istraživanja: transformacijski proces – 3. dio – opći formalni model i definicije komponenata modela kineziološkog transformacijskog procesa (2P)13. Predmet istraživanja: motorički sadržaji i aktivnosti – motoričko ponašanje, motorička kontrola, motorička znanja, motoričko učenje (2P)



	<ol style="list-style-type: none">14. Kriteriji razvrstavanja i taksonomizacija kinezioloških (sportskih) aktivnosti i sadržaja (2P)15. Predmet istraživanja standardne populacije i osoba s invaliditetom: okolinski uvjeti, objekti, oprema i pomagala (2P)16. Principi, svrha i metode kineziologijskih istraživanja: teorijski i/ili empirijski (eksperimentalni) pristup istraživanjima, osnovna struktura i faze istraživanja (2P)17. Principi, svrha i metode kineziologijskih istraživanja: osnovne metode istraživanja, publiciranje i vidovi prisutnosti i dostupnosti rezultata znanstvenog i stručnog rada (2P)18. Problem mjerljivosti i kineziološke pojave: individualne razlike i mjerljivost manifestnih obilježja motoričkog ponašanja kod standardne populacije i osoba s invaliditetom (2P)19. Problem mjerljivosti i kineziološke pojave: koncept i subsegmenti psihosomatskog statusa i metodologija za njegovo određivanje (2P)20. Sistemski pristup kineziološkim pojavama. Upravljivost kineziološkim transformacijskim procesom. (2P)21. Činitelji i faze upravljanog procesa vježbanja. Faze predpripreme, planiranja i programiranja, provedbe, kontrole i vrednovanje efekata kinezioloških transformacija. (2P)22. Suvremeno civilizacijsko opredjeljenje (deklaracije) u odnosu na aktivni kineziološki angažman (tjelesna aktivnost i sport). Internacionalni i nacionalni oblici i modaliteti organiziranja povezani s promicanjem aktivnog kineziološkog angažmana. Prava UN za izjednačavanja osoba s invaliditetom i standardne populacije (2P) <p>Seminari</p> <ol style="list-style-type: none">1. Formiranje grupa i organizacija rada te formiranje osnovne baze podataka o sudjelovanju na seminaru (1S)2. Osobni razlozi i motivacija za upis na studij: esej – slobodna forma pismenog izražavanja (2S)3. Procjena izdržljivosti (2400 m na atletskoj stazi) – organizacija i provedba terenskog mjerenja motoričkog ponašanja u situacijskim uvjetima (2S)4. Osnovni činioci izdržljivosti, teorijski rad na temelju izvora iz literature. Upitničko prikupljanje podataka o razini postignuća u sportu, razini angažmana kineziološkim aktivnostima, preferencije sportova. (2S)5. Individualne i grupne razlike u izabranim manifestnim antropološkim obilježjima i motoričkog ponašanja (2S)6. Individualne i grupne razlike u razini angažmana u kineziološkim aktivnostima, razini postignuću u sportu i preferencijama sportova (2S)7. Usporedba i kovariranje individualnih razlika (2S)8. Povezanost morfoloških, motoričkih i funkcionalnih obilježja i uspjeha u sportu (2S)					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.5	pismeni ispit	30%	1.5
	seminarski rad	20%	1	usmeni ispit	20%	1
	praktični rad	20%	1	ukupno	5.0 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Prskalo, I., Sporiš, G. (2016), <i>Kineziologija</i>, Zagreb: Školska knjiga, Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu2. Jurko, D., Čular, D., Badrić, M. i Sporiš, G. (2015), <i>Osnove kineziologije</i>, Zagreb: Sportska knjiga3. Čular, D., Šamija, K., Sporiš, G., (2017) <i>Kako pripremiti, napisati i objaviti znanstveni rad u kineziologiji i sportu</i>, Split: Sveučilište u Splitu, Kineziološki fakultet					



	<p>4. Jukić, I., Vučetić, V., Aračić, M., Bok, D., Dizdar, D., Sporiš, G., Križanić, A., (2008) <i>Dijagnostika kondicijske pripremljenosti vojnika: osnove dijagnostičkih postupaka za praćenje i provjeravanje te kontrolu razine treniranosti vojnika</i>, Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet.</p>
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Brooks, A. G. (1981). Perspectives on the academic discipline of physical education. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers, Inc.2. Charles, J. (1994). Contemporary Kinesiology. Englewood, Co.: Morton Publishing Company.3. Findak, V., Metikoš, D., Mraković, M. (1993). Ciljevi procesa vježbanja: Kineziološki priručnik za učitelje. Zagreb: HPKZ.4. Momirović, K. (1969). Utjecaj naučne zasnovanosti fizičke kulture na njenu društvenu afirmaciju. Teorija fizičke kulture. Beograd: JZFK, 116-133.5. Šturm, J., Strojnik, V. (1994). Uvod u antropološku kineziologiju. 5. dopunjeno izdanje. (Skripta), Ljubljana: Fakulteta za sport.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



RASPORED SATI I. SEMESTRA ak. god. 2020./2021.

RASPOREDA SATI za 1. SEMESTAR (IPDSS - Kineziologija) - akademska godina 2020./2021. (vrijedi od 05.10.2020.)

Grupa	PONEDJELJAK														UTORAK														SRJEĐA														ČETVRTAK														PETAK																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
8.00	ATLETIKA (U9)														SISTEM KIN on-line														ANATOMIJA on-line														SISTEM KIN on-line														ANATOMIJA on-line																	
10.00	POVLJEST SPORTA on-line														SISTEM KIN on-line														ANATOMIJA on-line														SISTEM KIN on-line														ANATOMIJA on-line																	
10.15	ATLETIKA (U9)														POVLJEST SPORTA on-line														ANATOMIJA on-line														SISTEM KIN on-line														ANATOMIJA on-line																	
11.45	POVLJEST SPORTA on-line														SISTEM KIN on-line														ANATOMIJA on-line														SISTEM KIN on-line														ANATOMIJA on-line																	
12.15	ATLETIKA (U9)														POVLJEST SPORTA on-line														ANATOMIJA on-line														SISTEM KIN on-line														ANATOMIJA on-line																	
12.30	ODBOJKA (U9)														SISTEM KIN on-line														ANATOMIJA on-line														SISTEM KIN on-line														ANATOMIJA on-line																	
14.30	ATLETIKA (U9)														POVLJEST SPORTA on-line														ANATOMIJA on-line														SISTEM KIN on-line														ANATOMIJA on-line																	
14.45	POVLJEST SPORTA on-line														SISTEM KIN on-line														ANATOMIJA on-line														SISTEM KIN on-line														ANATOMIJA on-line																	
16.00	ATLETIKA teorijsko predavanje on-line u ŽIVO														SISTEMATSKA KINEZILOGIJA teorijsko predavanje on-line u ŽIVO																																																											

NAPOMENA - detaljne informacije o provedbi nastave pojedinih predmeta nalaze se u sustavu **Merlin**

ANATOMIJA - nastava će se održavati prema rasporedu sati

ATLETIKA -
PONAVLJAČI - obavezni su se javiti predmetnoj nastavnici u prvom tjednu nastave na mail:
 - ukoliko želite djelomično oslobođenje od obaveze ponovnog slušanja nastave trebate ispuniti zamolbu
 - ukoliko se zamolba ne podnese u 1. tjednu nastave student ima obavezu slušati nastavu u cijelosti

ODBOJKA -

OKT 1 - teorijska predavanja će biti snimljena i objavljena na stranici predmeta u sustavu Merlin od 2. tjedna nastave

SISTEMATSKA KINEZILOGIJA - seminari on-line nastava počinje od 4. tjedna nastave prema rasporedu / od 5. tjedna nastava će se održavati u Sportsko dijagnostičkom centru



IZVEDBENI PLAN NASTAVE PREDMETA 1. GODINE STUDIJA

II. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
120686	Atletika-bacanja i skokovi	prof. dr. sc. Ljubomir Antekolović	15	30	30	6.0
31076	Biomehanika	izv. prof. dr. sc. Mario Kasović	45	30		6.5
120687	Kvantitativne metode	prof. dr. sc. Dražan Dizdar	45	45		8.5
120688	Osnovne kineziološke transformacije II	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	9	18	18	3.5
31098	Rukomet	prof. dr. sc. Dinko Vuleta	15	30	30	6.0
UKUPNO			129	153	78	30.5



ATLETIKA – bacanja i skokovi (120686)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Ljubomir Antekolović	
kancelarija		160	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ljubomir.antekolovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658760	
nastavnik		izv. prof. dr. sc. Dražen Harasin	
kancelarija		123	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		drazen.harasin@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658702	
poslijedoktorand		doc. dr. sc. Marijo Baković	
kancelarija		101/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu i dvorana prema dogovoru mailom	
e-mail		marijo.bakovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658702	
vanjski suradnik		Vedran Dukarić, mag. cin.	
kancelarija		63	
e-mail		vedran.dukaric@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		Ivan Brkljačić, mag.cin.	
e-mail		ivan.brkljacic@kif.unizg.hr	
vanjska suradnica		Anja Šimunčić, mag. cin.	
e-mail		anja.simuncic@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
semestar	II. – ljetni	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	6,5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (S) bacalište iza fakulteta / 2/3 velike dvorane (V) bacalište iza fakulteta / 1/3 velike dvorane – ovisno o epidemološkim mjerama moguća provedba nastave (P) on-line nastave u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu – (TPP i V) hibridnom kontakt nastavom od 120 minuta		
način izvođenja nastave	75 sati = 15P + 30S + 30V + mješovito e- učenje	očekivani broj studenata na predmetu	230 - 240
ciljevi predmeta	Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja o strukturama kretanja i metodama poučavanja atletskih disciplina bacanja i skokova te njihovoj primjeni u edukaciji, rekreaciji i sportu.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za provođenje nastavnih tema bacanja i skokova predviđenih planom i programom TZK u osnovnim, srednjim školama i fakultetima te organizirati atletiku u okviru školskih sportskih klubova i školu atletike u predškolskom odgoju. Stečena teorijska i praktična znanja će moći primijeniti u sustavu rada atletskih škola u atletskim klubovima. Nakon položenog predmeta studenti su sposobni demonstrirati elemente tehnike i methodske vježbe za učenje određenih bacačkih i skakačkih disciplina, organizirati školska natjecanja i voditi ekipe na natjecanja iz atletike.		



<p>Očekivani ishodi učenja na razini predmeta</p>	<p>Studenti će tijekom nastave ovladati:</p> <ul style="list-style-type: none">- sustavom elementarnih vježbi bacanja i skokova;- bacanjem kugle linearnom i rotacijskom tehnikom;- bacanjem diska;- bacanjem koplja, loptice i vortex lopte;- metodskim vježbama za učenje bacačkih tehnika;- mjerenjem rezultata u bacanju kugle, diska i koplja sukladno atletskim pravilima;- skokom udalj koračnim tehnikama (1 ½, 2 ½) i tehnikom uvinuće;- skokom uvis prekoračnom i leđnom tehnikom;- metodskim vježbama za učenje skakačkih tehnika;- mjerenjem rezultata u skoku udalj i skoku uvis sukladno atletskim pravilima te ostvariti rezultate na natjecanju unutar grupe (dalj i vis).
<p>Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave</p>	<p>Teorijska predavanja</p> <ol style="list-style-type: none">1. Uvod u atletske skokove: definicija, klasifikacija (1,5P)2. Skok udalj: povijest, kineziološka analiza, video analiza, pravila (2P)3. Skok uvis: povijest, kineziološka analiza, video analiza, pravila (2P)4. Troskok i skok s motkom: povijest, kineziološka analiza, video analiza, pravila (2P)5. Uvod u bacanja: definicija, principi, klasifikacija, parametri leta projektila, povijest (1,5P)6. Bacanje kugle: kineziološka analiza, pravila (2P)7. Bacanje diska: kineziološka analiza, pravila (2P)8. Bacanje koplja i bacanje kladića: kineziološka analiza, pravila (2P) <p>Teorijsko-praktična predavanja i vježbe</p> <ol style="list-style-type: none">1. Zalet i odraz kod skoka u dalj, poučavanje horizontalnih skokova, zaleta i odraza (2TPP+2V)2. Koračna tehnika skoka u dalj: 1 ½ korak, poučavanje koračne tehnike skoka udalj 1 ½ korak (2TPP+2V)3. Koračna tehnika skoka u dalj: 2 ½ koraka, poučavanje koračne tehnike skoka udalj 2 ½ koraka (2TPP+2V)4. Tehnika uvinuća i doskok kod skoka u dalj, poučavanje tehnike uvinuća i doskoka kod skoka udalj, natjecanje i mjerenje rezultata (2TPP+2V)5. Vertikalni skokovi, prekoračna tehnika, poučavanje vertikalnih skokova i prekoračne tehnika (2TPP+2V)6. Zalet i odraz kod leđne tehnike skoka u vis, poučavanje zaleta i odraza kod leđne tehnike skoka u vis (2TPP+2V)7. Prelazak preko letvice leđnom tehnikom, poučavanje prelaska preko letvice leđnom tehnikom (2TPP+2V)8. Povezivanje leđne tehnike skoka u vis u cjelinu, metodički postupak povezivanja leđne tehnike skoka u vis u cjelinu, natjecanje i mjerenje rezultata (1TPP+1V)9. Bacanja s dvije ruke, poučavanje bacanja medicine i kugle s dvije ruke (2TPP+2V)10. Izbačaj kod bacanja kugle, poučavanje izbačaja u bacanju kugle (2TPP+2V)11. Klizni korak, linearna tehnika bacanja kugle, poučavanje linearne tehnike bacanja kugle, klizni korak, povezivanje kliznog koraka i izbačaja (2TPP+2V)12. Okret kod bacanja kugle, rotacijska tehnika bacanja kugle, poučavanje rotacijske tehnike bacanja kugle, okret, povezivanje okreta i izbačaja, natjecanje i mjerenje rezultata (2TPP+2V)13. Izbačaj kod bacanja diska, poučavanje tehnike izbačaja kod bacanja diska (2TPP+2V)



	14. Okret kod bacanja diska, tehnika bacanja diska, poučavanje tehnike bacanja diska, okret, povezivanje okreta i izbačaja, natjecanje i mjerenje rezultata (2TPP+2V) 15. Bacanje loptice, bacanje vorteksa, poučavanje tehnike bacanja loptice i vorteksa (2TPP+2V) 16. Bacanje koplja, poučavanje tehnike bacanja koplja (1TPP+1V)					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, polaganje kolokvija, ispunjavanje zadataka sustavom za e-učenje.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	8%	0,5	kolokviji	33%	2
	pismeni ispit	34%	2	Demonstracija ispitnih elemenata	17%	1
	usmeni ispit	8%	0.5	ukupno	6.0 ECTS	
Obvezna literatura	1. Harasin, D. (2014). Atletska bacanja. E - nastavni materijal za studente sveučilišnog studija kineziologije. Kineziološki fakultet, Zagreb. 2. Antekolović, Lj., Baković, M. (2008). Skok u dalj. Zagreb: Miš					
Dopunska literatura	1. Milanović, D., Hofman, E., Puhanić, V., Šnajder, V. (1986). Atletika – znanstvene osnove. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. Čoh, M. (2001). Biomehanika atletike. Ljubljana: Fakulteta za šport. 2. Milanović, D., Harasin, D. (2003.) Kondicijski trening atletičara bacača. u: Milanović, V., Jukić, I. (ur.) Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa „Kondicijska priprema sportaša“, 21. – 22. 02. 2003. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez, 321-328. 3. Čoh, M. (1992). Atletika. Ljubljana: Fakulteta za šport. 4. Antekolović, Lj., Žufar, G., Hofman, E. (2003). Metodika razvoja eksplozivne snage tipa skočnosti. u: Zbornik radova Međunarodnog znanstvenog skupa „Kondicijska priprema sportaša“, 12. zagrebački sajam sporta i nautike, Zagrebački velesajam, Zagreb 21. i 22. veljače 2003., 219-223. 5. Bodnarčuk, A. P. i sur. (1984). Atletska bacanja. Zagreb: Zagrebački sportski savez, Zagrebački atletski savez.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



BIOMEHANIKA (31076)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Mario Kasović	
kancelarija		184	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom / petkom od 10.00 do 11.00 sati	
e-mail		mario.kasovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658718	
nastavnik		doc. dr. sc. Lovro Štefan	
e-mail		lovro.stefan@kif.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
semestar	II. – ljetni	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	6.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 / A2 (S) predavaonica P10 - ovisno o epidemiloškim mjerama moguća provedba nastave (P) i (S) on-line nastave u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu		
način izvođenja nastave	75 sati = 45P + 30S	očekivani broj studenata na predmetu	230 - 240
ciljevi predmeta	Upoznati studenta s metodologijom pristupa biomehanici ljudskog pokreta i prenijeti mu znanja koje će moći primjenjivati u daljnjem svladavanju programa studija, u budućem znanstvenoistraživačkom, kao i stručnom radu. Studentu se nastoji rastumačiti temelje postupaka biomehaničkog modeliranja i mjerenja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- Razumijevanje problematike biomehanike u kineziologiji;- razvijanje znanja i kompetencija u primjeni biomehaničkog pristupa na analizu sportskih i patoloških lokomocija;- kritičko usvajanje mogućnosti primjene biomehanike na raznovrsne probleme pojedinih kinezioloških disciplina i dodirnih područja (ergonomije, medicine, bioinženjerstva).		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- razumjeti temeljnu metodologiju biomehaničke analize ljudskog kretanja;- u okvirima raspoložive tehničke instrumentacije interpretirati mjerne nalaze;- kritički se odnositi prema aktualnim metodama modeliranja i mjerenja ljudskog kretanja;- samostalno provoditi temeljne bio mehaničke analize pojedinih kretnih struktura;- biomehaničko će znanje stvoriti potrebnu vezu između anatomskih i fizioloških spoznaja o lokomotornom sustavu i kinezioloških svojstava raznovrsnih kretnih struktura.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari: <ol style="list-style-type: none">1. Definicija biomehanike, interdisciplinarnost, koncepcije istraživanja i razvoj mjernih tehnika. Najvažniji povjesni momenti i ličnosti. (2P)2. Pojam laboratorija za biomehaniku (2P)3. Geometrijske značajke ljudskog tijela. Osnove kinematike i dinamike krutog tijela i sustava krutih tijela. Osnove mehanike fluida. (2P)4. Biomehanička svojstva kostiju, zglobova i skeletnih mišića kao komponenata muskuloskeletnog sustava (2P)5. Kinematički lanci. Mehanizmi gibanja. (2P)6. Biomehaničko modeliranje ljudskog tijela. Antropomorfni modeli. (2P)7. Antropometrija i procjena segmentalnih parametara (2P+2S)8. Mjerenje kinematičkih veličina. Vrste mjernih sustava. (2P+2S)		



	<p>9. Prikupljanje i zapremanje kinematičkih podataka, digitalizacija signala, deriviranje linearnih i kutnih pomaka (2P+2S)</p> <p>10. Mjerenje sila i momenata sila. Mjerni pretvornici. Platforme za mjerenje sile reakcije podloge. Mjerenje raspodjele pritiska. (2P+2S)</p> <p>11. Inverzni dinamički postupak. Procjena komponenata sila, momenta, impulsa i momenta impulsa segmenata i sustava. (2P+2S)</p> <p>12. Granice točnosti inverznog dinamičkog postupka (2P+2S)</p> <p>13. Površinska elektromiografija (EMG). Geneza, detekcija i pojačanje signala. Telemetrija. (2P+2S)</p> <p>14. Obrade EMG signala u vremenskoj domeni (2P+2S)</p> <p>15. Biomehanika skeletnog mišića. Modeliranje i simulacija. Ovisnosti napetost-dužina i sila-brzina. Nervno upravljanje mišićem. (2P+2S)</p> <p>16. Neuromuskularni sustavi. Neuro- i mio-kibernetika. (2P+2S)</p> <p>17. Proteze i antropomorfna robotika. Funkcionalna električka stimulacija (FES). Sportska lokomocija s protezom/protezama. (2P + 2S)</p> <p>18. Dijagnostika stupnja uvježbanosti pokreta. Primjeri iz sportskih aktivnosti. (2P+2S)</p> <p>19. Analiza hoda. Biomehanika i ergonomija kretanja u kolicima (2P + 2S)</p> <p>20. Standardizacija analize hoda i primjene u kineziologiji i medicini. (2P + 2S)</p> <p>21. Spektralna analiza biomehaničkih signala i kineziološke primjene. Procjena lokalnog mišićnog umora iz EMG signala. (2P+2S)</p> <p>22. Osvrt na budućnost kineziološke biomehanike. (P3)</p>					
Obaveze studenata	redovito pohađanje nastave, rad individualno ili u grupi na seminarima, samostalan rad pri rješavanju kolokvija.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	15%	1	kolokviji	10%	0.5
	pismeni ispit	30%	2	usmeni ispit	45%	3.0
	ukupno				6.5 ECTS	
Obvezna literatura	<p>1. Medved, V. (1995). Analiza elektromiograma u športu. u: Pećina, M., Heimer, S. (ur.) Športska medicina. Odabrana poglavlja. Zagreb: Naprijed, 64-70.</p> <p>2. Mejovšek, M. (1995). Dinamička analiza gibanja u športu. u: Pećina, M., Heimer, S. (ur.) Športska medicina. Odabrana poglavlja. Zagreb: Naprijed.</p> <p>3. Nikolić, V. i sur. Principi biomehanike, poglavlja: Kinematika i kineziologija lokomocije i Kineziološka elektromiografija (autor V. Medved), Zagreb: Naklada Ljevak. (u tisku)</p>					
Dopunska literatura	<p>1. Enoka, R. (2006). Neuromechanics of human movement - Third Edition, Human Kinetics.</p> <p>2. Medved, V., Kasović, M. (2007). Biomehanička analiza ljudskog kretanja u funkciji sportske traumatologije. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 22 (1): 40-47</p> <p>3. Medved, V. (2001). Measurement of human locomotion. Boca Raton, Fl.: CRC Press.</p> <p>4. Mejovšek, M. (1990). Prijedlog modela za kinetičku analizu gibanja sportaša. Kineziologija, 22: 5-11.</p> <p>5. Mejovšek, M. (1997). Biomehanika sporta. u: Milanović, D. (ur.) Priručnik za sportske trenere, Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu, 359-394.</p>					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KVANTITATIVNE METODE (120687)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Dražan Dizdar	
kancelarija		130	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		drazan.dizdar@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658731	
suradnik		dr. sc. Darko Katović	
kancelarija		132	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		darko.katovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658732	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
semestar	II. – ljetni	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	8.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (S) predavaonica P11 - ovisno o epidemološkim mjerama moguća provedba nastave (P) i (S) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu		
način izvođenja nastave	90 sati = 45P + 45V	očekivani broj studenata na predmetu	230 - 250
ciljevi predmeta	Usvajanje potrebnih teorijskih i praktičnih znanja o metodama za analizu podataka (osnovne statističke metode i multivarijatne metode) te o konstrukciji, primjeni i evaluaciji mjernih instrumenata (kineziometrija) u području kineziologije.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Znanja potrebna za: <ul style="list-style-type: none">- primjenu statističkih metoda za obradu podataka koje se koriste u svim granama primijenjene kineziologije;- primjenu, konstrukciju i validaciju mjernih instrumenata za procjenu kinezioloških fenomena;- nastavak znanstvenog usavršavanja.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Znanja potrebna za: <ul style="list-style-type: none">- odabir i primjenu odgovarajućih statističkih postupaka za opis promatranih pojava (metode deskriptivne statistike);- odabir i primjenu odgovarajućih statističkih postupaka za testiranje postavljenih hipoteza (metode inferencijalne statistike);- odabir i primjenu odgovarajućih statističkih postupaka za kondenzaciju i transformaciju podataka;- primjenu, konstrukciju i validaciju mjernih instrumenata za procjenu kinezioloških fenomena.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka tema se izvodi 2 školska sata, osim teme pod red.br. 23 koja se izvodi 1 nastavni sat): <ol style="list-style-type: none">1. Pojam i podjela statističkih metoda (statistika, podjela statističkih metoda, osnovni statistički pojmovi, podatak, entitet, populacija i uzorak entiteta, vrste uzoraka entiteta, varijabla, vrste varijabli, populacija i uzorak varijabli, matrica podataka)2. Osnovni postupci za uređivanje i prikazivanje podataka (grupiranje i grafičko prikazivanje kvalitativnih podataka, grupiranje i grafičko prikazivanje kvantitativnih podataka)		



	<ol style="list-style-type: none"> 3. Deskriptivni pokazatelji (mjere centralne tendencije – aritmetička sredina, mod, medijan, mjere varijabilnosti – totalni raspon, interkvartil, varijanca, standardna devijacija, koeficijent varijabilnosti, mjere oblika distribucije – skewness i kurtosis) 4. Elementarni pojmovi teorije vjerojatnosti (pravilo množenja, pravilo permutacija, pravilo varijacija, pravilo kombinacija, vjerojatnost) 5. Teoretske distribucije (uniformna distribucija, binomna distribucija, Poissonova distribucija, normalna distribucija, Studentova t-distribucija, Snedecorova F-distribucija, H^2-distribucija, K-S test normaliteta distribucije) 6. Transformacije podataka (rangovi, centili, z-vrijednosti, linearne transformacije podataka) 7. Procjena aritmetičke sredine populacije (sampling distribucija, standardna pogreška aritmetičke sredine, pogreške statističkog zaključivanja) 8. T-test (t-test za nezavisne uzorke, t-test za zavisne uzorke) 9. Univarijatna analiza varijance 10. Korelacija 11. Deskriptivna analiza promjena 12. Elementi matrične algebre (pojam vektora i matrica, vrste matrica, računске operacije s matricama, zbrajanje i oduzimanje matrica, množenje matrica, množenje matrice skalarom, hadamarovo množenje matrica, trag matrice, norma vektora, udaljenost između dva vektora, kut između dva vektora, linearna kombinacija vektora, determinanta matrice, inverz matrice, pseudoinverz matrice, ortonormirane i ortogonalne matrice, rang i linearna zavisnost matrice, rješavanje sustava linearnih jednadžbi u matričnom obliku) 13. Regresijska analiza (jednostavna linearna regresijska analiza, višestruka regresijska analiza, testiranje značajnosti regresijskog modela) 14. Komponentni model faktorske analize (ekstrakcija glavnih komponenata, kriteriji za odabir značajnog broja faktora, rotacije) 15. Kanonička korelacijska analiza 16. Multivarijatna analiza varijance i diskriminacijska analiza 17. Osnovni kineziometrijski pojmovi (mjerenje, objekt mjerenja, predmet mjerenja, mjerni instrument, mjerilac, standardizirani postupak mjerenja, mjerne skale) 18. Konstrukcija mjernih instrumenata (definiranje predmeta mjerenja, odabir odgovarajućeg tipa mjernog, instrumenta, izbor podražajnih situacija, standardizacija mjernog postupka, utvrđivanje metrijskih karakteristika) 19. Metrijske karakteristike (klasični model mjerenja, pouzdanost, objektivnost) 20. Metrijske karakteristike (homogenost, osjetljivost, faktorska valjanost, pragmatička valjanost) 21. Neparometrijske metode (relativni rizik, apsolutni rizik, smanjenje/povećanje apsolutnog rizika, smanjenje/povećanje relativnog rizika, omjer izgleda, hi – kvadrat test za jedan uzorak, hi – kvadrat test za dva ili više nezavisnih uzoraka, McNemarov hi – kvadrat test za dva zavisna uzorka) 22. Neparometrijske metode (Mann-Whitneyev U test, Sign test i Wilcoxonov test ekvivalentnih parova, Kruskal – Wallisov test) 23. Neparometrijske metode (Cramerov fi koeficijent, Spearmanov koeficijent rang korelacije, Point-biserijalni koeficijent korelacije) 					
Obveze studenata	80% prisutstva nastavi					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	1	pismeni ispit	30%	2.5
	usmeni ispit	60%	5	ukupno	8.5 ECTS	
Obvezna literatura	1. Dizdar, D. (2006). Kvantitativne metode. Zagreb: Kineziološki fakultet.					



	2. Pedišić, Ž., Dizdar, D. (2010). Priručnik za kvantitativne metode. Zagreb: Kineziološki fakultet.
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Petz, B. (2002). Osnovne statističke metode za nematematičare. Jastrebarsko: Naklada Slap.2. Mešovšek, M. (2003). Uvod u metode znanstvenog istraživanja u društvenim i humanističkim znanostima. Jastrebarsko: Naklada Slap.3. Šošić, I. (2004). Primijenjena statistika. Zagreb: Školska knjiga.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



OSNOVNE KINEZILOŠKE TRANSFORMACIJE II (120688)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	
kancelarija		40/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru putem mail-a	
e-mail		cvita.gregov@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658602	
nastavnik		prof. dr. sc. Igor Jukić	
kancelarija		124	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru putem mail-a	
e-mail		igor.jukic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658724	
nastavnica		doc. dr. sc. Cvita Gregov	
kancelarija		42	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru putem mail-a	
e-mail		cvita.gregov@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658642	
nastavnik		doc. dr. sc. Daniel Bok	
kancelarija		31	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru putem mail-a	
e-mail		daniel.bok@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658640	
poslijedoktorand		dr. sc. Ivan Krakan	
kancelarija		40/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru putem mail-a	
e-mail		ivan.krakan@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658779	
vanjski suradnik		Marin Mandarić, mag.cin.	
e-mail		marin.mandacic94@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
semestar	II. – ljetni	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	3.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (S) teretana / atletski stadion (V) teretana / atletski stadion – ovisno o epidemološkim mjerama moguća provedba nastave (P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu – (TPP + V) hibridnom kontakt nastavom od 120 minuta		
način izvođenja nastave	45 sati = 9P + 18S + 18V	očekivani broj studenata na predmetu	230 - 250
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je studentima omogućiti stjecanje teoretskih i praktičnih znanja o osnovnim transformacijskim postupcima morfoloških karakteristika i funkcionalnih sposobnosti čovjeka koje mogu primijeniti u svim primijenjenim područjima kineziologije.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- kreirati i provoditi transformacijske postupke za unapređenje promjenjivih morfoloških karakteristika čovjeka u primijenjenim područjima kineziologije;- kreirati i provoditi transformacijske postupke za unapređenje funkcionalnih sposobnosti karakteristika čovjeka u primijenjenim područjima kineziologije.		



Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<p>Studenti će moći:</p> <ul style="list-style-type: none">- razumjeti biološke zakonitosti razvoja morfoloških i funkcionalnih svojstava čovjeka;- koristiti osnovne metodičke postupke za unapređenje morfoloških karakteristika čovjeka;- koristiti osnovne metodičke postupke za unapređenje funkcionalnih sposobnosti čovjeka- izraditi i provoditi program transformacijskih postupaka za unapređenje morfoloških karakteristika i funkcionalnih sposobnosti čovjeka.					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja i vježbe:</p> <p><u>Morfološke karakteristike</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. Razvoj aktivne mišićne mase (2P)2. Kineziološka i antropološka obilježja kretnih struktura pogodnih za razvoj aktivne mišićne mase donjih ekstremiteta (2TPP+2V)3. Kineziološka i antropološka obilježja kretnih struktura pogodnih za razvoj aktivne mišićne mase gornjih ekstremiteta (2TPP+2V)4. Kineziološka i antropološka obilježja kretnih struktura pogodnih za razvoj aktivne mišićne mase trupa (1TPP+1V)5. Modeliranje metodičkih postupaka za razvoj aktivne mišićne mase (1TPP+1V)6. Redukcija potkožnog masnog tkiva (2P)7. Kineziološka i antropološka obilježja kretnih struktura pogodnih za redukciju potkožnog masnog tkiva (1TPP+1V)8. Modeliranje metodičkih postupaka za redukciju potkožnog masnog tkiva (1TPP+1V)9. Planiranje i programiranje postupaka za redukciju potkožnog masnog tkiva (2TPP+2V) <p><u>Funkcionalne sposobnosti</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. Osnove razvoja aerobnih funkcionalnih sposobnosti (3P)2. Osnove razvoja anaerobnih funkcionalnih sposobnosti (2P)3. Kineziološka i antropološka obilježja kretnih struktura pogodnih za razvoj aerobnih funkcionalnih sposobnosti (2TPP+2V).4. Kineziološka i antropološka obilježja kretnih struktura pogodnih za razvoj anaerobnih funkcionalnih sposobnosti (2TPP+2V).5. Modeliranje metodičkih postupaka za razvoj funkcionalnih sposobnosti (2TPP+2V).6. Planiranje i programiranje postupaka za razvoj funkcionalnih sposobnosti (2TPP+2V).					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave; aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu; polaganje kolokvija i ispita.					
Praćenje rada studenata	pismeni ispit	45%	1.5	kolokviji	55%	2
	ukupno					3.5 ECTS
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Sekulić, D., Metikoš, D. (2007). Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji. Sveučilište u Splitu, Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i kineziologije (sveučilišni udžbenik).2. Jukić, I., Marković, G. (2005). Kondicijske vježbe s utezima (priručnik za nastavu iz predmeta Osnovne kineziološke transformacije). Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.3. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa: Kondicijska priprema sportaša. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez.					



Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Beachle, T. R., Earle, R. W. (2000). Essentials of Strength Training and Conditioning (Second Edition). Champaign, IL, USA: Human Kinetics.2. Bompa, T. (2000). Total Training for Young Champions. Champaign, IL, USA: Human Kinetics.3. Siff, M. (2000). Supertraining. Denver, USA.4. Željaskov, C. (2004). Kondicioni trening vrhunskih sportista. Beograd: Sportska akademija.5. Malina, R.M., Bouchard, C. (1991). Growth, Maturation and Physical Activity. Champaign, IL: Human Kinetics.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



RUKOMET (31098)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Dinko Vuleta	
kancelarija		152	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru putem mail-a	
e-mail		dinko.vuleta@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658752	
nastavnica		doc. dr. sc. Katarina Ohnjec	
kancelarija		41	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru putem mail-a	
e-mail		katarina.ohnjec@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658641	
viši asistent		dr. sc. Igor Gruić	
kancelarija		69	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru putem mail-a	
e-mail		igor.gruic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658669	
vanjska suradnica		Maja Hećimović, mag.cin	
e-mail		majahecimovic@hotmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
semestar	II. – ljetni	godina studija	I.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (S) 2/3 velike dvorane (V) 1/3 velike dvorane – ovisno o epidemiološkim mjerama moguća provedba nastave (P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu – (TPP + V) hibridnom kontakt nastavom od 120 minuta – 1/3 velike dvorane		
način izvođenja nastave	75 sati = 15P + 30S + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	230 - 250
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je pripremiti i osposobiti/školovati studenta za izvođenje nastavnih jedinica iz rukometa u nastavi TZK u osnovnoj i srednjoj školi i dijelom na visoko-školskim institucijama. Cilj je upoznati studente s poviješću, pravilima i organizacijom rukometnih natjecanja, tehnikom, metodikom poučavanja i osnovama taktike rukometne igre.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primjenjivati znanja u osnovnoškolskom, srednjoškolskom i visokoškolskom sustavu obrazovanja u okviru nastave Tjelesne i zdravstvene kulture, prepoznati i kritički promišljati o prednostima i nedostacima primjene rukometnih sadržaja u odnosu na ostale kineziološke aktivnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: razumjeti poziciju rukometne igre u različitim klasifikacijama sportova, demonstrirati praktično i verbalno osnovna znanja o rukometnoj tehnici, metodici poučavanja i o osnovama taktike, identificirati utjecaje i doprinose pojedinih motoričkih znanja i sposobnosti situacijskoj učinkovitosti u rukometnoj igri ili odsječcima igre.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja <ol style="list-style-type: none">1. Povijesni razvoj rukometa u svijetu i Hrvatskoj (2P)2. Kineziološka i strukturalna analiza rukometa (2P)3. Pravila rukometne igre (2P)4. Tehnika rukometne igre (2P)		



	<ol style="list-style-type: none">5. Metodika obučavanja elemenata tehnike rukometne igre (2P)6. Osnove taktike rukometne igre (2P)7. Mini rukomet i rukomet na pijesku (3P) <p>Teorijsko praktična predavanja i vježbe</p> <ol style="list-style-type: none">1. Tehnika igrača u napadu bez lopte (stavovi, uspostavljanje kretanja, start i startno ubrzanje, zaustavljanja, promjene pravca kretanja, odrazi, prizemljenja) (2TPP+2V)2. Struktura kretanja igrača s loptom (stavovi, držanja lopte, primanja lopte – hvatanje, zaustavljanje, pobiranje i preuzimanje) (2TPP+2V)3. Kretanja igrača s loptom (vođenje, koracima, okretima) (2TPP+2V)4. Bacanja lopte (dodavanja – osnovno i specifična) (2TPP+2V)5. Hvatanje i dodavanje lopte u kretanju (2TPP+2V)6. Hvatanje i dodavanje lopte u kretanju u specifičnim uvjetima rukometne igre (2TPP+2V)7. Šutiranje iz uporišta (osnovni udarac, udarac u visini boka – Jensen, „produženi“ udarac u visini boka – Selec, udarac u visini koljena – Liebking, šut s otklonom trupa – polueret, šut s okretom – šrauba) (2TPP+2V)8. Šutiranje iz skoka (skok šut, skok šut s opruženom rukom, skok šut izbačaj u visini boka, skok šut polueret, skok šut šrauba) (2TPP+2V)9. Šutiranje s krilnih pozicija (lijevo krilo) (2TPP+2V)10. Šutiranje s krilnih pozicija (desno krilo – polueret) (2TPP+2V)11. Šutiranje s pozicije kružnog napadača s prizemljenjima (2TPP+2V)12. Fintiranja (2TPP+2V)13. Plitke zonske obrambene formacije te napad na iste (primjer 6 : 0) – „osmice“ (2TPP+2V)14. Duboke zonske formacije te napad na iste (primjer – 3 : 2 : 1) – „odvlačenje halfa“, „odvlačenje prednjeg“ – (2TPP+2V)15. Natjecanja (2TPP+2V)								
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje								
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	9%	0.5	pismeni ispit	9%	0.5	kolokviji	16%	1
	usmeni ispit	33%	2	praktični ispit	33%	2	ukupno	6.0 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Rules of the Game (Indoor Handball) (2010). službene stranice International Handball Federation IHF (http://ihf.info/files/Uploads/NewsAttachments/0_RuleGame_GB.pdf) na hrvatskom dostupno: Međunarodna pravila rukometne igre (2010). http://www.uhrs.hr/pravila.pdf2. Šimenc, Z., Pavlin, K., Vuleta, D. (1998). Osnove taktike rukometne igre, Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.3. prof.dr.sc. Dinko Vuleta - Radni materijal sa predavanja (1. Rukomet; 2. Povijest rukometa – medalje naslovi; 3. Pravila rukometne igre 2017; 4. Kineziološka analiza rukometa (kratko); 5. Tehnika u rukometu; 6. Osnove taktike rukometne igre). Dostupno na: https://www.kif.unizg.hr/predmet/ruk								
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Gruić, I. (2009). Primjena rukometnih sadržaja u nastavi TZK. u: (voditelj programa: Štefanec, Ž. AZOO MZOŠ) katalogu stručnih skupova Agencije za odgoj i obrazovanje MZOŠ-a, OŠ „Oranice“, Špansko, 07. – 08. siječanj 2009. Dostupno na: http://www.azoo.hr2. Foretić, N. (2006). Primjena igara u rukometnom treningu. Split: Udruga za šport i rekreaciju.3. Marczinka, Z. (2016). Playing Handball- A Comprehensive Study of the Game. Kek Europa Studio Publishing House.								



	<ol style="list-style-type: none">4. Mrđen, G. (2012). Tehnika hvatanja i dodavanja lopte u mjestu i kretanju. Seminar rukometnih trenera, Poreč 2012 dostupno na: http://www.uhrt.hr/?page_id=3385. Rogulj, N., Foretić, N. (2007). Škola rukometa. Split: Grifon6. Vuleta, D., Gruić, I., Ohnjec, K. (2010). Metodika poučavanja prizemljenja u rukometu. Zbornik radova XXXIV. seminar rukometnih trenera, Pula, 07. – 10.01.2010., dostupno na: https://www.youtube.com/playlist?list=PL-uf-qRBJXzTRkzhAevfDC7irYS0z_2nS7. Vuleta, D., Gruić, I., Ohnjec, K. (2011). Primjena različitih igara sa loptom, situacijskih vježbi na principu vrpce bez kraja u uvodno-pripremnom dijelu treninga u cilju razvoja funkcionalno-motoričkih sposobnosti i znanja. Zbornik radova XXXV. seminar rukometnih trenera, Zadar, 21. – 23. 01. 2011., (<i>elektronsko izdanje</i>)8. Vuleta, D., Rimanić, I., Vuleta, D.Jr. (2010). Uloga kružnog napadača u varijantama tehničko-taktičkog djelovanja na različite načine igre u obrani. Zbornik radova XXXIV. Seminar rukometnih trenera, Pula, 07. – 10. 01. 2010. (<i>elektronsko izdanje</i>).
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



RASPORED ISPITNIH ROKOVA za 1. godinu u ak. god. 2020./2021.

OBVEZNI PREDMETI	Šifra	studen		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
		datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
ATLETIKA - hodanja i trčanja	120683			8.	16.30	12.	16.30	2.	9.00	30.	16.30	6.	16.30			8. 23.	9.00			26.8. 2.9.	9.00
FUNKCIONALNA ANATOMIJA	31065	24.	17.00					2. 16.	10.00	9.	16.30			5.	16.30	9.	10.00	1.	10.00	1.	10.00
ODBOJKA	31097	12.	16.30	1.	16.30			9. 16.	8.00			7.	16.30	4.	16.30	8.	8.00	1.	8.00	31.08.	8.00
OKT 1	120684			16.	16.30			3. 17.	9.00	17.	16.30	14.	16.30	12.	16.30	9 23.	9.00			25.8. 8.	9.00
POVIJEST SPORTA	120685	9.	16.30	1.	16.30	13.	16.30	4. / 11. 18.	10.00 12.00	2.	16.30	8.	16.30	6.	16.30	8.	12.00	2.	12.00	27.8. 10.9.	10.00
SISTEMATSKA KINEZIOLGIJA	31061			9.	16.30			3. / 17.	13.00	17.	16.30	14.	16.30	19.	16.30	9. / 23.	13.00			01. / 15.	13.00
ATLETIKA - bacanja i skokovi	120686	16.	16.30	7.	16.30	25.	16.30	8.	8.00					10.	16.30	17.	8.00	7.	8.00	1. 8.	8.00
BIOMEHANIKA	31076			7.	16.30			1. 15.	10:00	1.	16.30	12.	16.30	3.	16.30	14. 28.	10:00	5.	10:00	13.	10:00
KVANTITATIVNE METODE	120687	23.	16.30	7.	16.30	18.	16.30	8.	9.00	1.	16.30	12.	16.30	3.	16.30	14.	9.00	5.	9.00	23.8. 6.	9.00
OKT 2	120688					13.	16.30	3. 17.	16.30							9. 23.	16.30			1. 15.	16.30
RUKOMET	31098	25.	16.30					10.	9.00			14	16.30			9. 17.	9.00			1. 9.	9.00



IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 2. GODINE STUDIJA KINEZILOGIJE

KOORDINATOR 2. GODINE

IVAN MIKULIĆ, mag. cin.	
kancelarija	157 / 70
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom
e-mail	ivan.mikulic@kif.unizg.hr
telefon	+385136583757 / 670

III. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
120935	Elementi psihologije	prof. dr. sc. Renata Barić	30		30	4.5
64279	Fiziologija sporta i vježbanja	prof. dr. sc. Lana Ružić	75	25	20	9.0
120945	Judo	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	15	30	30	6.0
31099	Košarka	prof. dr. sc. Damir Knjaz	15	30	30	6.0
120949	Sportska gimnastika I	prof. dr. sc. Kamenka Živčić	15	30	30	5.0
UKUPNO			150	115	140	30.5



ELEMENTI PSIHOLOGIJE (120935)

nositeljica predmeta		prof. dr. sc. Renata Barić	
kancelarija		141/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom ponedjeljkom od 12-00 do 13.00 sati	
e-mail		renata.baric@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658742	
asistentica		Rebeka Prosoli, mag.psih.	
kancelarija		137	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom ponedjeljkom od 12-00 do 13.00 sati	
e-mail		rebeka.prosoli@unizg.kif.hr	
telefon		+38513658737	
asistentica		Matea Karlović, mag. psih.	
kancelarija		137	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom ponedjeljkom od 12-00 do 13.00 sati	
e-mail		matea.karlovic@unizg.kif.hr	
telefon		+38513658737	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	III. - zimski	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) i (V) / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30V + samostalni zadaci + seminari i radionice	očekivani broj studenata na predmetu	200 - 205
ciljevi predmeta	Cilj kolegija Elementi psihologije je upoznati studente s osnovnim pojmovima opće, razvojne i pedagoške psihologije te poticati uporabu tih znanja u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture, rekreaciji, kineziterapiji i sportu. Na predmetu Elementi psihologije studenti će se upoznati s temeljnim znanjima o kognitivnim i konativnim procesima sa stajališta opće, razvojne i pedagoške psihologije te s osnovnim pojmovima diferencijalne psihologije.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Završetkom kolegija studenti će steći osnovna znanja o psihološkim pojavama i ponašanju. Produbit će razumijevanje čovječjeg ponašanja i doživljavanja, što je posebno važno jer će u budućoj profesiji nužno raditi sa ljudima. Bolje će razumjeti ponašanja osoba u različitim situacijama i moći će uspješnije planirati i provoditi programe vježbanja u edukaciji, rekreaciji, sportu i kineziterapiji.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Studenti će naučiti što je psihologija; što su bazične discipline, a što je primijenjena psihologija te koje su osnovne metode psihologije.- Studenti će naučiti što su psihički procesi i gdje nastaju.- Studenti će naučiti što su osjeti, kako nastaju i u kakvom su odnosu prema podražaju te što je percepcija.		



	<ul style="list-style-type: none">- Studenti će naučiti što je pažnja, mišljenje, pamćenje i učenje. Studenti će naučiti na koje je načine moguće stjecati različita nova znanja te koji su osnovni čimbenici relevantni za efikasno učenje.- Studenti će naučiti što su emocije, kako i gdje nastaju, kako se očituju u doživljaju i ponašanju. Na primjeru koncepta emocionalne inteligencije studenti će se upoznati s individualnim razlikama u emocionalnom reagiranju. Studenti će naučiti što su motivi, kako nastaju i kako se zadovoljavaju; na primjerima će upoznati značaj motiva pri učenju i vježbanju.- Studenti će upoznati pojam ličnosti i naučiti što su crte ličnosti. Naučiti će osnovne pojmove iz Eysenckove teorije ličnosti i kibernetičkog modela ličnosti Momirovića i suradnika. Upoznat će se s načinima mjerenja crta ličnosti i mogućnostima predviđanja ponašanja putem rezultata u upitnicima ličnosti.- Studenti će se upoznati s pojmom inteligencije, naučit će osnovne pojmove faktorskih i kibernetičkih modela inteligencije. Upoznat će se s razvojem inteligencije, mjerenjem inteligencije i mogućnostima predviđanja ponašanja temeljem rezultata u testovima inteligencije.- Studenti će naučiti što je razvoj individue i koje su osnovne značajke pojedinog razvojnog perioda.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja i vježbe (svaka tema se obrađuje 2P+2V)</p> <p>1. Što je psihologija i metode psihologije Definicija psihologije. Definicija psihičkih procesa i ponašanja. Fizikalni, biološki i socijalni uvjeti i učinci psihičkih procesa i ponašanja. Discipline bazične psihologije. Definicija primijenjene psihologije. Eksperiment, primjer eksperimentalnog nacрта. Korelacijska istraživanja. Ppažanje i samoopažanje (introspekcija), analiza slučaja.</p> <p>2. Mozak Pregled građe i funkcije mozga. Metode istraživanja funkcije mozga. Živčane i glia stanice, sinapse i neurotransmiteri.</p> <p>Osjeti i psihofizika Definicija osjeta, definicija podražaja i transdukcije, pregled osjetnih modaliteta s kratkim opisom perifernog dijela, puta i primarnog kortikalnog područja. Definicija, metode: apsolutni prag, diferencijalni prag, Weberov zakon i konstanta, Fechnerov zakon.</p> <p>3. Percepcija Definicija: faktori percepcije, iskustvo i percepcija, konstantnost pri percipiranju, doživljaj veličine i udaljenosti; selektivnost pri percipiranju. Percepcija figure i pozadine, percepcija dubine, binokularni znaci, monokularni znaci dubine. Percepcija kretanja, perceptivne varke.</p> <p>4. Mišljenje i pažnja Definicija mišljenja, asociiranje, sjećanje, maštanje, stjecanje pojmova, logičko rezoniranje, rješavanje problema, planiranje, donošenje odluka, stvaralačko mišljenje. Pogreške u mišljenju. Definicija pažnje, spontana, hotimična, habitualna pažnja. Fokus pažnje, distribucija pažnje, unutarnje i vanjske determinante pažnje, smetnje pažnje, ADD i ADHD.</p> <p>5. Pamćenje Definicija, značaj pamćenja, metode istraživanja pamćenja. Ebbinghouseova istraživanja pamćenja i suvremene spoznaje. Biološka osnovica upamćivanja. Zaboravljanje, hipoteze o prirodi gubitka informacija, Alzheimerova bolest.</p> <p>6. Pamćenje</p>



Model tri skladišta pamćenja Atkinsona i Shiffrina. Senzorna memorija, funkcija, kapacitet, trajanje skladištenja informacije. Kratkoročno pamćenje, definicija tri funkcije, ograničenja koja proizlaze iz kapaciteta. Dugoročno pamćenje, proceduralno i deklarativno. Epizodička i semantička memorija. Struktura semantičkog pamćenja. Pamćenje kao dinamički proces, istraživanje Loftus i Palmera, „blic“ pamćenje.

7. Učenje, kognitivno učenje i učenje klasičnim uvjetovanjem

Definicija učenja, vrste učenja s obzirom na materijal koji se uči, krivulja učenja.

Kognitivno učenje, definicija. Namjerno i nenamjerno učenje. Dubina obrade informacija pri učenju, prikriveno učenje, učenje uvidom. Definicija Pavlovljevog uvjetovanja. Faktori uvjetovanja, karakteristike podražaja, vrijeme, broj i redovitost uparivanja. Pojam generalizacije, pojam diskriminacije podražaja. Gašenje. Uvjetovanje straha. Terapija enureze alarm aparatom.

8. Učenje operantnim (instrumentalnim) uvjetovanjem i socijalna učenja

Thorndikeov zakon efekta. Skinnerova definicija operantnog uvjetovanja, potkrepljenje, primarni potkrepljivači, sekundarni potkrepljivači. Raspored potkrepljivanja i efikasnost učenja. Kazna, zašto treba izbjegavati kažnjavanje. Definicija socijalnih učenja, učenje imitacijom, učenje motoričkih vještina i imitacija u socijalnoj interakciji. Neurobiološka osnovica učenja imitacijom. Bandurino učenje po modelu, Bobo-doll eksperiment; karakteristike modela. Učenje uloga po modelu. Zlostavljanje i učenje po modelu.

9. Emocije

Definicija emocija, funkcija emocija. Teorije nastanka emocija, karakteristike subjektivnog doživljaja pri emocionalnom reagiranju, fiziološke reakcije pri emocionalnom reagiranju, ekspresija emocija. Ekmanov model šest primarnih emocija. Emocije i umjetna inteligencija. Individualne razlike u prepoznavanju, iskazivanju i regulaciji emocija – pojam emocionalne inteligencije. Trofaktorski model Mayera i Saloveya.

10. Motivacija

Definicija motivacije: instinkti, nagoni, homeostaza, optimalna razina pobuđenja, potrebe i poticaji. Biotički i socijalni motivi, socijalizacija motiva, sadržajne teorije motivacije, procesne teorije motivacije. Kauzalno atribuiranje. Osnovni psihosocijalni motivi prema teoriji samodeterminacije Deci i Ryana. Ekstrinzična i intrinzična motivacija u teoriji samoodređenja.

11. Ličnost

Definicije. Hipokratova teorija ličnosti. Iksički pristup, istraživanje B. Mlačića.

Pretpostavke faktorskih teorija ličnosti. Eysenckova teorija ličnosti. Ponašajni korelati Eysenckovih dimenzija ličnosti. Petfaktorski modeli ličnosti, Goldberg i McCrae i Costa. Obilježja kibernetičkih modela ličnosti. Model Momirovića i suradnika.

12. Inteligencija

Definicije inteligencije. Pristupi modeliranju inteligencije. Faktorski modeli inteligencije (Thurstone, Guilford). Modeli potekli iz neuroznanosti (Luria), kibernetičko modeliranje (Momirović i suradnici), umjetna inteligencija. Kritika postojećih modela (Sternbergov model inteligencije).

13. Mjerenje i razvoj inteligencije

Binetova razvojna skala inteligencije, kvocijent inteligencije. Mjerenje inteligencije odraslih osoba. Piagetov model četiri razvojna razdoblja; kritički komentar Piagetovog modela. Razvoj inteligencije u odrasloj dobi, istraživanja fluidne i kristalizirane inteligencije.

14. Razvoj



	Pregled osnovnih karakteristika razvoja u pojedinim razdobljima (prenatalni razvoj, dojenče i malo dijete, rano djetinjstvo, srednje djetinjstvo, adolescencija, rana odrasla dob, srednja odrasla dob, kasna odrasla dob).					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	11%	0.5	pismeni ispit	12%	0.5
	kolokvij	44%	2	usmeni ispit	33%	1.5
	ukupno				4.5 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Smith, E. E., Nolen-Hoeksema, S., Frederickson, B. L, Loftus, G. R., Bem, J. D., Maren, S. (2007). Atkinson/Hilgard Uvod u psihologiju. Jastrebarsko: Naklada Slap.2. Rathus, S. A. (2000). Temelji psihologije. Jastrebarsko: Naklada Slap.3. Goldstein, E. B. (2011). Osjeti i percepcija. Jastrebarsko: Naklada Slap. – poglavlja 6, 8, 9 i 10.4. Zarevski, P. (1994). Psihologija pamćenja i učenja. Jastrebarsko: Naklada Slap.					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Petz, B. (2005) Psihologijski rječnik. Jastrebarsko: Naklada Slap.2. Liukkonen, J. (2007). Psychology for physical educators. New York: Human Kinetics.3. Judaš, M., Kostović, I. (2011). Temelji neuroznanosti, udžbenik je slobodno dostupan na stranici http://www.hiim.hr/dokumenti/Judas&Kostovic-Temelji_Neuroznanosti.pdf					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



FIZIOLOGIJA SPORTA I VJEŽBANJA (64279)

nositelj predmeta	prof. dr. sc. Lana Ružić		
kancelarija	182		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	lane.ruzic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658692		
nastavnica	prof. dr. sc. Branka Matković		
kancelarija	184		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	branka.matkovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658604		
asistentica	dr.sc. Antonela Devrnja, dr.med – porodijski dopust		
kancelarija	144		
konzultacije	prema dogovoru mail-om		
e-mail	antonela.devrnja@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658737		
suradnik	doc. dr. sc. Neven Tučkar		
e-mail	neven.tuckar@kif.unizg.hr		
vanjska suradnica	doc. dr. sc. Maja Berković Cigrovski		
e-mail	maja.cigrovski.berkovic@kif.unizg.hr		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	III. - zimski	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz Funkcionalne anatomije	bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P - S i V) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu		
način izvođenja nastave	120 sati = 75P + 25S + 20V + terenska nastava + multimedija i mreža + laboratorij	očekivani broj studenata na predmetu	205 - 210
ciljevi predmeta	Tijekom nastave iz obveznog predmeta Fiziologija sporta i vježbanja studenti će upoznati osnovne mehanizme funkcioniranja organa i organskih sustava. Nadalje, razumjet će odgovore i prilagodbe tjelesnih struktura i funkcija na tjelesnu aktivnost i sportski trening te se upoznati s primjenom postignuća fiziologije sporta u procesu treninga sportaša i unapređenja sportskih rezultata. Studenti će svladati vještine funkcionalne dijagnostike i interpretacije rezultata testiranja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti stječu znanje o funkciji organizma čovjeka. Studenti stječu znanje o osnovnim akutnim i kroničnim odgovorima i adaptaciji organizma na tjelesnu aktivnost. Studenti će biti osposobljeni za primjenu tih znanja u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture te u programiranju sportskog treninga ili rekreacijske tjelesne aktivnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- razumjeti posebne značajke i mehanizme ljudskog tijela koje ga čine živim bićem;- razumjeti akutne odgovore različitih organskih sustava na tjelesnu aktivnost;- razumjeti adaptacije različitih organskih sustava na tjelesnu aktivnost;- razumjeti osnovne patofiziološke mehanizme;- razumjeti primjenu spoznaja fiziologije vježbanja u treningu sportaša i unapređivanju sportskih rezultata.		



Sadržaj predmeta
detaljno razrađen
prema satnici
nastave

Predavanja

1. Uvod u područje fiziologije čovjeka, fiziologije sporta i vježbanja (2P)
2. Izvori, povijesni razvoj fiziologije sporta i vježbanja. (1P) Homeostaza. (1P)
3. Stanična i molekularna fiziologija (2P)
4. Stanična membrana (2P)
5. Transporti na membrani-aktivni i pasivni (2P)
6. Potencijali na membrani (membranski i akcijski potencijal) (2P)
7. Mišićni sustav – građa mišića i vrste kontrakcije (2P)
8. Vrste mišićnih stanica (2P)
9. Mišićna kontrakcija: od podražaja do kontrakcije (2P)
10. Izvori energije (2P)
11. Metabolizam, načini dobivanja energije – aerobni sustav (2P)
12. Primitak kisika, dug kisika (2P)
13. Metabolizam, načini dobivanja energije – anaerobni sustavi (2P)
14. Metabolizam, načini dobivanja energije – sustav energetski bogatih fosfata (2P)
15. Adaptacije mišića na trening jakosti, brzine i izdržljivosti (2P)
16. Živčani sustav – organizacija i osnove funkcioniranja (2P)
17. Osjetni receptori, spinalna razina, subkortikalna razina, kortikalna razina (2P)
18. Metabolizam, načini dobivanja energije – aerobni (2P)
19. Voljna motorika, intelektualne funkcije (2P)
20. Živčani sustav – autonomni živčani sustav (2P)
21. Posebna osjetila (2P)
22. Sustav žlijezda s unutrašnjim lučenjem – negativna povratna sprega (2P)
23. Hipofiza, štitnjača, gušterača (2P)
24. Nadbubrežna žlijezda, spolne žlijezde, hormonalni odgovor na tjelesnu aktivnost (2P)
25. Srčano-žilni sustav: krv (plazma, krvne stanice, krvne grupe, imunost i zgrušavanje krvi) (2P)
26. Srce (srčani mišić, srčani ciklus) (2P)
27. Provodni sustav srca, regulacija srčanog rada) (2P)
28. Cirkulacija – hemodinamika, regulacija protoka i tlaka, minutni volumen srca, kapilarna dinamika, limfni sustav) (2P)
29. Odgovor i prilagodbe na tjelesnu aktivnost (dinamičko opterećenje, statičko opterećenje). (2P)
30. Dišni sustav: ventilacija pluća (2P)
31. Dišni sustav – alveolarna difuzija (2P)
32. Dišni sustav – prijenos plinova, regulacija disanja (2P)
33. Dišni sustav prilagodbe na tjelesnu aktivnost (dinamičko opterećenje, statičko opterećenje) (2P)
34. Bubrezi i tjelesne tekućine: odjeljci tjelesnih tekućina; stvaranje mokraće, regulacija tekućina, acido-bazna ravnoteža i regulacija acido-bazne ravnoteže za vrijeme opterećenja (2P)
35. Probavni sustav: mehanika, sekrecija, probava i apsorpcija (2P)
36. Autonomni živčani sustav i obrana od hipo i hipertermije (2P)
37. Umor (3 P)

Seminari

1. Uvod – karakteristike i uvjeti laboratorijskog testiranja (1S)
2. Fizikalne veličine (2S)
3. Stanica i uloga organela u stanici (2S)



	<ol style="list-style-type: none">4. Transport kroz membranu, membranski potencijal, akcijski potencijal (2S)5. Vrste mišićnih stanica, motorička jedinica, jakost, fleksibilnost (2S)6. Leđna moždina, refleksi, refleksni luk (2S)7. Plućni volumeni i kapaciteti (2S)8. Termoregulacija (2S)9. Endokrinologija – rješavanje zadanih problema (2S)10. Dug kisika (2S)11. Energetska potrošnja, mehanička efikasnost (2S)12. Spiroergometrija (2S)13. Kardiorespiracijski sustav – rješavanje zadanih problema (2S) <p>Vježbe (svaka tema se izvodi 2 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Uređaji za dozirano opterećivanje2. Frekvencija srca i arterijski krvni tlak u mirovanju3. Frekvencija srca i arterijski krvni tlak u radu – upotreba pulsmetra4. Dinamometrija – mjerenje jakosti; mjerenje fleksibilnosti5. Brzina senzomotoričke reakcije; celerimetrija6. Spirometrija7. Minutni volumen disanja u mirovanju i za vrijeme rada8. Primitak kisika u mirovanju i opterećenju9. Astrandov test10. Određivanje anaerobnog praga laktatnom krivuljom					
Obveze studenata	Pohađanje svih vrsta nastave, izrada seminarskog rada.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	1	pismeni ispit	10%	1
	kolokvij	45%	4	usmeni ispit	35%	3
				ukupno	9.0 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Matković, B., Ružić, L. (2009). Fiziologija sporta i vježbanja. Zagreb: KIF, DVOIT.2. Guyton, A. C., Hall, J. E. (2006). Medicinska fiziologija. 11. izd. (odabrana poglavlja). Zagreb: Medicinska naklada.					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. McArdle, D. W., Katch, F. I., Katch, V. L. (2010). Exercise Physiology: Nutrition, Energy and Human Performance, Seventh Edition. Baltimore, MD: LWW.2. Plowman, S. A., Smith, D. L. (2011). Exercise Physiology for Health, Fitness, and Performance, Third Edition. Baltimore, MD: LWW.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



JUDO (120945)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Hvoje Sertić	
kancelarija		155	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658755	
nastavnik		doc. dr. sc. Ivan Segedi	
kancelarija		140/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ivan.segedi@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658739	
vanjski suradnik		Matija Jug Dujaković, prof.	
e-mail		matija_jugdujakovic@yahoo.com	
vanjski suradnik		Nenad Kuštro, prof.	
e-mail		nenad.kustro@gmail.com	
vanjski suradnik		Davor Rožac, prof.	
e-mail		davor.rogi@gmail.com	
vanjski suradnik		Dominik Žanetić, mag.cin	
e-mail		dominik.125@hotmail.com	
vanjski suradnik		Dario Franjić, prof.	
e-mail		d.franjic19@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	III. - zimski	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (TPP i V) hibridnom kontakt nastavom od 120 minuta – judo dvorana		
način izvođenja nastave	75 sati = 15P + 30S + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	200 - 205
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Judo ima cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima i sposobnostima karakterističnim za natjecateljski judo sport, za rad u edukaciji poznavajući sve značajke poučavanja elemenata juda prisutnim u Hrvatskim nacionalnim obrazovnim standardima (HNOS), implementaciju tehnika juda bez kimona u specifičnim borbenim situacijama i rekreaciji.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Judo studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima karakterističnim za ovaj borički sport i njegovu primjenu u: a) edukaciji – obavezni i izvannastavni sadržaji, b) sportu, c) rekreaciji , d) vojsci, policiji i zaštitarskim službama.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Studenti stječu znanja o osnovnim značajkama i osobitostima polistrukturne acikličke aktivnosti Judo.- Studenti će moći razumjeti utjecaj bavljenja judom na antropološki status pojedinca.- Studenti će ovladati specifičnim metodskim postupcima koji se primjenjuju u polistrukturnim acikličkim aktivnostima.- Studenti će se upoznati s edukacijom i treningom u specifičnom okruženju – judo strunjača (tatami).		



	<ul style="list-style-type: none">- Studenti će se upoznati i razumjeti biomehaničke zakonitosti i korisnost tehnika padova.- Studenti će se upoznati i razumjeti biomehaničke zakonitosti primjene odnosno izvođenja tehnika bacanja, tehnike zahvata držanja, tehnika poluga i tehnika gušenja u natjecateljskom judo sportu.- Studenti će steći znanja o transferu specifičnih judo sadržaja u obuku vojske, policije i zaštitarskih službi.- Studenti će se upoznati i razumjeti biomehaničke zakonitosti primjene odnosno izvođenja tehnika bacanja, tehnike zahvata držanja, tehnika poluga i tehnika gušenja u ostalim srodnim boričkim sportovima.- Studenti će se upoznati i razumjeti biomehaničke zakonitosti primjene odnosno izvođenja tehnika bacanja, tehnike zahvata držanja, tehnika poluga i tehnika gušenja u ostalim sportovima (npr. sportske igre s kontaktom i bez kontakta).
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Teorijska predavanja</p> <ol style="list-style-type: none">1. Strukturna analiza juda. Analiza strukturnih elemenata i struktura situacija juda i judo borbe. Definicija i svrstavanje judo sporta u grupu polistrukturnih acikličkih aktivnosti. (2P)2. Službena pravila judo sporta. Promjena pravila judo sporta radi unapređenja sportske aktivnosti. Pravila borbe, prostora za natjecanje i natjecatelja u judu. (2P)3. Osnove metodike boričkim sportova. Specifičnosti metodskih postupaka u edukaciji i sportskom treningu. (2P)4. Specifična metodika za poučavanje i vježbanje judo tehnike u mjestu i kretanju. Pravila i principi poučavanja judo tehnika s obzirom na dob, spol i motoričke sposobnosti i znanja vježbača. (2P)5. Antropološka analiza juda. Utjecaj bavljenja Judom na razvoj antropoloških sposobnosti vježbača. Hipotetska faktorska struktura važnosti pojedinih sposobnosti i karakteristika za uspjeh u judo borbi. (2P)6. Povijest i organizacija judo sporta. Nastanak i razvoj juda u svijetu. Nastanak i razvoj juda u Hrvatskoj. Judo kao olimpijski sport. Struktura Svjetske judo federacije, Europske judo unije i Hrvatskog judo saveza. (2P)7. Korisnost juda i program juda po Hrvatskim nacionalnim obrazovnim standardima (HNOS) (2P)8. Principi i načela judo sporta. Uvrštavanje judo tehnika u trening ostalih sportova te transfer znanja na specifične borbene situacije (bez kimona) i rekreaciju. (1P) <p>Teoretsko praktična predavanja i vježbe (svaka nastavna tema se obrađuje 2TPP+2V)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Ukemi waza - Kotrljajući padovi. Metodske vježbe za poučavanje i vježbanje specifičnih kotrljajućih padova u judu.2. Ukemi waza - Akrobatski padovi. Metodske vježbe za poučavanje i vježbanje specifičnih akrobatskih padova u judu.3. Tehnike stavova, kretanja i hvatova za kimono u judu. Izvođenje, principi i korisnost pomoćnih strukturnih elemenata u judo sportu.4. Osaekomi waza – tehnike zahvata držanja u parteru – principi i oslobađanje iz tehnika zahvata držanja5. Kansetsu waza – tehnike poluga – pravila, principi, metodika obuke tehnika poluga u judu6. Shime waza – tehnike karotidnih, respiratornih i kombiniranih gušenja u judu – pravila, principi i način obuke



	<ol style="list-style-type: none"> 7. Struktura taktičkih sadržaja u parternoj poziciji u judu 8. Te waza – tehnike ručnih bacanja – način izvođenje, principi izvođenja, metodika obuke općim i specifičnim metodskim postupcima 9. Koshi waza – bočne tehnike bacanja – način izvođenje, principi izvođenja, metodika obuke općim i specifičnim metodskim postupcima 10. Ashi waza – nožne tehnike bacanja – način izvođenje, principi izvođenja, metodika obuke općim i specifičnim metodskim postupcima 11. Sutemi waza – požrtvovne tehnike bacanja – način izvođenje, principi izvođenja, metodika obuke općim i specifičnim metodskim postupcima 12. Tranzicija iz stojećeg u parterni položaj u judo borbi 13. Goshin jutsu elementi za 1. i 2. kyu pojasa 14. (Goshin jutsu elementi za 3. kyu pojas 15. Elementi juda po HNOS-u 																		
Obveze studenata	<p>Studenti su obavezni pohađati praktičnu nastavu u sportskoj opremi za judo – judo kimonu.</p> <p>Studenti su obavezni voditi bilješke s teoretsko praktičnih predavanja, teoretskih predavanja i vježbi.</p>																		
Praćenje rada studenata	<table border="1"> <tr> <td>pohađanje nastave</td> <td>17%</td> <td>1</td> <td>pismeni ispit</td> <td>17%</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>kolokvij</td> <td>8%</td> <td>0.5</td> <td>praktični dio ispita</td> <td>33%</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>usmeni ispit</td> <td>25%</td> <td>1.5</td> <td>ukupno</td> <td colspan="2">6.0 ECTS</td> </tr> </table>	pohađanje nastave	17%	1	pismeni ispit	17%	1	kolokvij	8%	0.5	praktični dio ispita	33%	2	usmeni ispit	25%	1.5	ukupno	6.0 ECTS	
	pohađanje nastave	17%	1	pismeni ispit	17%	1													
	kolokvij	8%	0.5	praktični dio ispita	33%	2													
usmeni ispit	25%	1.5	ukupno	6.0 ECTS															
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sertić, H., Segedi, I. (2013). Judo osnove, Zagreb, Gopal. 2. Lucić, J., Gržeta, M. (2000). Judo u hrvatskoj vojsci. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske. 3. Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci – knjiga druga. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske. 																		
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kudo, K. (1976). Judo tehnika bacanja. Zagreb: Mladost. 2. Kudo, K. (1976). Judo, Parterna tehnika, Zagreb: Mladost. 3. Sertić, H. (2000). Relacije nekih motoričkih, antropometrijskih i konativnih varijabli s uspjehom u borbi, brzinom učenja i kvalitetom izvođenja tehnike bacanja u judu. (Doktorska disertacija, Sveučilište u Zagrebu). Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu, Sveučilišta u Zagrebu. 4. Segedi, I. (2011). Klasifikacija i analiza natjecateljskih judo tehnika bacanja kod muškaraca prema njihovoj važnosti u borbi. (Doktorska disertacija). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 5. Bilješke s teoretskih i teoretsko praktičnih predavanja. 																		
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.																		



KOŠARKA (31099)

nositelj predmeta	prof. dr. sc. Damir Knjaz		
kancelarija	154		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	damir.knjaz@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658754		
nastavnik	prof. dr. sc. Bojan Matković		
kancelarija	153		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	bojan.matkovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658753		
nastavnik	doc. dr. sc. Tomislav Rupčić		
kancelarija	156		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	tomislav.rupcic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658756		
vanjski suradnici	Damir Pavlović, prof.		
e-mail	dpavlovic@sumfak.hr		
vanjski suradnici	Željko Lukenda, viši predavač		
e-mail	zeljko.lukenda@kif.unizg.hr		
vanjski suradnici	Iva Borović, mag.cin.		
e-mail	iva.borovic@kif.unizg.hr		
vanjski suradnici	Domagoj Šimunović, mag.cin.		
e-mail	domagoj.simunovic@kif.unizg.hr		
vanjski suradnici	dr. sc. Slaven Krtalić		
e-mail	slaven.krtalic@hzjz.hr		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	III. - zimski	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (TPP i V) hibridnom kontakt nastavom od 120 minuta – dvorana B		
način izvođenja nastave	75 sati = 15P + 30S + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	200 - 205
ciljevi predmeta	Steći potrebna znanja i vještine za provedbu nastavnog plana i programa Tjelesne i zdravstvene kulture za osnovnu i srednju školu iz područja košarkaške igre. Naglasak je na usvajanje osnovnih elemenata tehnike i taktike košarkaške igre, metodičkih postupaka u procesu usvajanja tih elemenata igre te primjene mjernih instrumenata za procjenu košarkaških znanja i sposobnosti.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti osposobljeni za upravljanje transformacijskim procesima u razvoju sposobnosti i osobina školske djece primjenom košarke te razvoju motoričkih i funkcionalnih sposobnosti putem košarkaških vježbi i igara.		



<p>Očekivani ishodi učenja na razini predmeta</p>	<p>Studenti će biti osposobljeni za:</p> <ul style="list-style-type: none">- provođenje nastavnog plana i programa Tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnoj i srednjoj školi te u visokoškolskim institucijama iz područja košarkaške igre,- primjenjivati košarkaške igre i vježbe kao sredstvo rekreacije,- poznavati postupak i razvoj košarke,- primjenjivati pravila košarke tijekom igre,- poznavati utjecaj učenja, treniranja, vježbanja i igranja košarke na psihosomatski status djece, mladeži i odraslih,- poznavati karakteristike, sposobnosti i osobine igrača koje su značajne za uspješno igranje košarke,- poznavati strukturu momčadi te osnovne modele igre,- poznavati biomehaničku analizu i metodičke postupke učenja osnovnih elemenata tehnike napada (držanje lopte, stav s loptom i bez lopte, startna kretanja i skokovi, vođenje lopte na mjestu i u kretanju, promjena pravca i brzine kretanja bez lopte i kod vođenja lopte, hvatanje lopte i dodavanje lopte iz mjesta i u kretanju, ubacivanje lopte u koš iz mjesta, u kretanju i iz skoka) i obrane (stavovi u obrani, kretanje u stavu i kombinirana kretanja, skokovi, oduzimanje i izbijanje lopte, sprečavanje ubacivanja),- poznavati analizu i metodičke postupke kod učenja osnova individualne taktike napada i obrane, grupne taktike napada i obrane, kolektivne taktike napada (kontranapad, pozicioni napad protiv osobnih i zonskih obrana) i obrane (zonske i osobne obrane),- poznavati metode i opterećenja, sredstva, pomagala i oblike rada kod poučavanja i treniranja,- poznavati primjenu specifičnih i situacijskih košarkaških mjernih instrumenata.
<p>Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave</p>	<p>Predavanja</p> <ol style="list-style-type: none">1. Uvodno predavanje – obaveze, prava... (2P)2. Povijest i razvoj košarke u svijetu i Hrvatskoj (2P)3. Pravila i primjena pravila košarkaške igre (2P)4. Kineziološka analiza košarkaške igre (2P)5. Nastavni plan i program Tjelesne i zdravstvene kulture u području košarkaške igre (2P)6. Analiza i metodika elemenata tehnike košarkaške igre (3P)7. Analiza i metodika košarkaške taktike (2P) <p>Teorijsko-praktična predavanja i vježbe (svaka se tema obrađuje 2TPP+2V)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Inicijalna provjera znanja studenata2. Osnovni i napadački stav s loptom i pivotiranje3. Vođenje lopte u mjestu i pravocrtnom kretanju4. Ubacivanje nakon vođenja tehnikom odozgora (osnovno ubacivanje), polazak u vođenje5. Dodavanje i hvatanje lopte u mjestu6. Dodavanje i hvatanje lopte u kretanju, ubacivanje nakon dodane lopte, polazak u vođenje tijekom kretanja7. Obrambeni stav i kretanje u stavu8. Promjena pravca i tempa kretanja sa i bez lopte, ubacivanje nakon okreta tehnikom odozgora9. Zaustavljanje nakon hvatanja dodane lopte te nakon vođenja10. Horog, skok šut, šut jednom rukom s grudiju iz mjesta, zagrađivanje11. Protunapad, Individualna taktika igrača u obrani i napadu12. Ekran (blokade) i obrana od blokada13. Timske obrane (čovjek-čovjek; presing; zonska obrana; zonski presing; kombinirana obrana)



	14. Napad na timske obrane (čovjek-čovjek; presing; zonska obrana; zonski presing; kombinirana obrana) 15. Demonstracija, objašnjenje i uvježbavanje praktičnih ispitnih pitanja					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	pismeni ispit	25%	1.5	praktični dio ispita	25%	1.5
	usmeni ispit	50%	3	ukupno	6.0 ECTS	
Obvezna literatura	1. Tocigl, I. (1998). Košarkaški udžbenik. Split: Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i odgojnih područja Sveučilišta u Splitu, Zavod za fizičku kulturu. 2. Matković, B. (ur). (2010). Antropološka analiza košarkaške igre. Zagreb: Kineziološki fakultet, Hrvatski košarkaški savez. 3. FIBA (2005). Košarka za mlade igrače. Zagreb: Udruga hrvatskih košarkaških trenera.					
Dopunska literatura	1. Krause, J, Meyer, D., Meyer, J. (2004). Košarkaške vježbe i vještine. Zagreb: Hrvatski košarkaški savez 2. Knjaz, D., Matković, B., Rupčić, T. (2009). Prilog analizi problema organizacije i provedbe tema iz košarkaške igre u nastavi Tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnim školama Republike Hrvatske. u: Neljak, B. (ur.) Zbornik 18. ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske Metodički organizacijski oblici rada u području edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije. Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 414-418. 3. Matković, B., Knjaz, D. (2002). Osvrt na nastavni plan i program predmeta tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnoj školi u području košarkaške igre. u: Findak, V. (ur.) Zbornik radova 11. ljetne škole kineziologa RH, Rovinj, 269- 272. 4. Matković, B., Matković, Br., Knjaz, D., Krističević, T., Blašković, M. (1999). Morfološke karakteristike košarkaša juniora. Kineziologija za 21. stoljeće. Zbornik radova. Dubrovnik, 412-415. 5. Dežman, B. (1997). Košarka v osnovnoj šoli. Ljubljana: VŠTK.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



SPORTSKA GIMNASTIKA I (120949)

nositeljica predmeta	prof. dr. sc. Kamenka Živčić Marković		
kancelarija	175		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	kamenka.zivcic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658775		
nastavnik	izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević		
kancelarija	dekanat		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	tomislav.kristicevic@kif.unizg.hr		
poslijedoktorand	dr. sc. Marijo Možnik		
kancelarija	178		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	marijo.moznik@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658178		
poslijedoktorantica	dr. sc. Lucija Milčić, pred.		
kancelarija	178		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	lucija.milcic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658178		
vanjska suradnica	Marija Fišter Barilar, pred.		
e-mail	marijad.fishter@hotmail.com		
vanjski suradnik	dr. sc. Ozren Rađenović		
e-mail	ozren.radenovic@zvu.hr		
vanjska suradnica	Tea Lagančić, mag. cin.		
e-mail	t.lagancic@gmail.com		
vanjski suradnik	mr. sc. Ratko Vuković, pred.		
e-mail	gimnasticki.savez.kazup@gmail.com		
vanjska suradnica	Aida Badić, pred.		
e-mail	aidabadic@gmail.com		
vanjski suradnik	Marko Brez, pred.		
e-mail	markbrez@gmail.com		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	III. - zimski	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (TPP i V) hibridnom kontakt nastavom od 120 minuta – gimnastička dvorana		
način izvođenja nastave	75 sati = 15P + 30S + 30V + samostalni zadaci + multimedija i mreža	očekivani broj studenata na predmetu	200 - 205
ciljevi predmeta	- usvojiti potrebna temeljna teorijska i praktična znanja iz sportske gimnastike. - Upoznati studente s osnovnim informacijama o sportskoj gimnastici, njezinom značaju i pojavnim oblicima		



	<ul style="list-style-type: none">- Upoznati studente s ulogom sportske gimnastike u provedbi odgojno-obrazovnih ciljeva nastave u osnovnoj i srednjoj školi s naglaskom na:<ul style="list-style-type: none">- razvoj specifičnih motoričkih sposobnosti,- provedbu sadržaja sportske gimnastike u drugim odgojno-obrazovnim ustanovama,- učenje osnovnih kretnih struktura sportske gimnastike,- učenja osnovnih elemenata ženske sportske gimnastike.- Usvojiti znanja predviđena planom i programom predmet, te provedbu i evaluaciju procesa učenja primjenom sadržaja ženske sportske gimnastike u školskim i izvanškolskim sportskim aktivnostima (redovna nastava, izborni školski sport, produženi školski boravak, školska sportska natjecanja) u osnovnim i srednjim školama.
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<p>Specifične kompetencije</p> <ul style="list-style-type: none">- Kolegij Sportska gimnastika 1 treba studentima omogućiti stjecanje praktičnih i teorijskih znanja iz sportske gimnastike predviđenih planom i programom predmeta kao i kompetencija za:<ul style="list-style-type: none">- snalaženje i provođenje nastave Tjelesne i zdravstvene kulture, prvenstveno u osnovnim i srednjim školama;- organiziranje i realizaciju nastave Tjelesne i zdravstvene kulture;- izbor i primjenu sadržaja sportske gimnastike, posebice ženske sportske gimnastike njezinih metoda i postupaka učenja. <p>Opće kompetencije</p> <ul style="list-style-type: none">- Primjena navedenih znanja u širim područjima društvene i sportske djelatnosti i u osobnom razvoju. <p>Predmet je obavezan za sve studente.</p>
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<p>Na razini predmeta studenti će se osposobiti za:</p> <ul style="list-style-type: none">- primjenu osnovnih kretnih struktura iz sportske gimnastike, kao i ženske sportske gimnastike u nastavi i nastavnim planovima i programima Tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnim i srednjim školama;- primjenu osnovnih kretnih struktura iz sportske gimnastike, kao i ženske sportske gimnastike u drugim odgojno-obrazovnim ustanovama;- primjenu sadržaja ženske sportske gimnastike sukladno antropološkim karakteristikama učenika;- primjenu određenih metoda rada sukladno sadržajima i specifičnostima rada s učenicima u osnovnim i srednjim školama;- izradu planova rada poštujući specifičnosti obzirom na spol, dob, razvojne karakteristike te postavljene ciljeve i zadatke predmeta Tjelesna i zdravstvena kultura;- primjenu kriterija ocjenjivanja (osnovne kretne struktura i elementi tehnike ženske sportske gimnastike) u svrhu objektivnije procjene motoričkih znanja učenika;- dijagnosticiranje i provođenje kontrole (inicijalno, tranzitivna i finalno) stanja specifičnih motoričkih sposobnosti i motoričkih znanja učenika osnovnih kretnih struktura i elemenata tehnike ženske sportske gimnastike;- evaluaciju i eventualnu rekonstrukciju postavljenih metoda rada i načina njihove provedbe;- primjenu naučenih motoričkih znanja ženske sportske gimnastike u svrhu pripreme učenika za školska natjecanja.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Teorijska predavanja (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Kineziološka i antropološka analiza sportske gimnastike. Definicije, sadržaji i analiza pojma gimnastika, sportska gimnastika i akrobatika. Discipline sportske gimnastike (dimenzije sprava). Karakteristike vježbanja u pojedinim gimnastičkim disciplinama. (2P)



2. Osnovni pojmovi i terminologija sportske gimnastike. Sistematizacija gimnastičkih elemenata. Porijeklo sistematizacije u sportskoj gimnastici. Podjela sprava po visini. Podjela sprava po osi. Odnos vježbača prema spravi. Osnovne vrste hvatova. Osnovne grupe gimnastičkih elemenata. Osnovni položaji na spravama – visovi i upori. Podjela gimnastičkih elemenata u strukturalne grupe. (2P)
3. Proces učenja gimnastičkih elemenata. Uloga i značaj procesa učenja u sportskoj gimnastici. Organizacija i način provedbe sadržaja sportske gimnastike (materijalni uvjeti: objekti, sprave, pomoćne sprave). (2P)
4. Osnove akrobatike: Povijesni razvoj akrobatike i trampoliranja Podjela akrobatskih elemenata. Uloga akrobatike u školskoj sportskoj gimnastici. Pripremne vježbe i predvježbe. Metodički postupci učenja. (2P)
5. Osnove preskoka: povijesni razvoj. Uloga preskoka u školskoj sportskoj gimnastici. Preskoci u školama. Osnovne teorijske spoznaje o pripremnim vježbama, predvježbama i metodičkim postupcima učenja gimnastičkih elemenata na preskoku. (2P)
6. Osnove vježbanja na dvovisinskim ručama: povijesni razvoj. Uloga u školskoj sportskoj gimnastici. Elementi na dvovisinskim ručama u školama. Osnovne teorijske spoznaje o pripremnim vježbama, predvježbama i metodičkim postupcima učenja gimnastičkih elemenata na dvovisinskim ručama. (2P)
7. Osnove vježbanja na gredi: povijesni razvoj. Uloga u školskoj sportskoj gimnastici. Elementi na dvovisinskim ručama u školama. Osnovne teorijske spoznaje o pripremnim vježbama, predvježbama i metodičkim postupcima učenja gimnastičkih elemenata na gredi. (2P)
8. Kriteriji ocjenjivanja gimnastičkih elemenata obuhvaćenih nastavnim planom i programom TZK (tjelesne i zdravstvene kulture). (1P)

Teorijsko praktična predavanja i vježbe (svaka se tema obrađuje 2TPP+2V)

1. Gimnastičke sprave: priprema sprava za vježbanje. Osiguranje sprava i uvjeta vježbanja. Pomoćne sprave. Uvodno-pripremni dio sata: zagrijavanje u sportskoj gimnastici. Razgibavanje u sportskoj gimnastici. Specifične pripremne vježbe u sportskoj gimnastici. Osnovni položaji na spravama: dvovisinske ruče – hvatovi, upori, visovi, pomicanja, greda, položaji stopala, upori, sjedovi.
2. Analiza tehnike, metodike obuke, grešaka u izvedbi, čuvanja i pomaganja te poučavanje: tlo: povaljke, kolut naprijed, kolut natrag; dvovisinske ruče: jednonožni i sunožni uzmah na nižu pritku; karike: vis uznjeto – vis strmoglavo – vis uznjeto.
3. Analiza tehnike, metodike obuke, grešaka u izvedbi, čuvanja i pomaganja te poučavanje: tlo: stoj na lopaticama (upiranjem rukama o kukove, osloncem rukama na tlo u zaručenju, uzručenju, uz glavu), stoj na glavi (zgrčeno, sklonjeno, raznožno); karike: klim, vis uznjeto – vis strmoglavo – vis uznjeto – zgib prednosom.
4. Analiza tehnike, metodike obuke, grešaka u izvedbi, čuvanja i pomaganja te poučavanje: preskok: osnovne pripremne vježbe za preskoke, naskok na odraznu dasku i odraz; greda: osnove kretanja po gredi, različite varijante hodanja, naskok s premahom odnožnim i okretom za 90⁰, usprav kroz čučanj i klek, okret sunožno za 90⁰, saskok pruženi .
5. Analiza tehnike, metodike obuke, grešaka u izvedbi, čuvanja i pomaganja te poučavanje: preskok: zgrčka; dvovisinske ruče: saskok odnjhom iz upora prednjeg, klim, njih, klimom i njihom premah zgrčno i raznožno; greda: naskok u upor čučajući, čeonu u odnosu na gredu, bočno u odnosu na gredu, na početku grede, odnožno, s odnoženjem, saskok prednožno-zgrčeno; karike: ljuljanje, saskok u zaljuljaju (sunožno, s raznoženjem).
6. Analiza tehnike, metodike obuke, grešaka u izvedbi, čuvanja i pomaganja te poučavanje: preskok: raznoška; dvovisinske ruče: jednonožni uzmah na višu pritku, spad; greda: naskok u upor raznožno; tlo: stoj na rukama.



	<ol style="list-style-type: none"> 7. Analiza tehnike, metodike obuke, grešaka u izvedbi, čuvanja i pomaganja te poučavanje: mali trampolin: iz mjesta – skok pruženo, skok prednožno-zgrčeno, zaletom – skok pruženo, skok prednožno-zgrčeno, skok s raznoženjem, skok prednožno-raznožno, skok prednožno-sunožno, skok pruženo s okretom za 90°, 180°, 360°, skok prednožno-zgrčeno s okretom za 90°; greda: naskok jednonožni uzmah, saskok s raznoženjem, saskok prednožno-raznožno, saskok prednožno-sunožno; karike: zgib u predljudaju odnjih u zaljudaju. 8. Analiza tehnike, metodike obuke, grešaka u izvedbi, čuvanja i pomaganja te poučavanje: preskok: zgrčka s okretom za 180°; dvovisinske ruče: saskok podmetni iz upora prednjeg na nižoj pritki; saskok podmetni iz sjeda na nižoj pritki s prehvatom na višu pritku, saskok podmetni iz sjeda na nižoj pritki s prehvatom na višu pritku s okretom za 180°, podmetni okret iz sjeda na nižoj pritki s prehvatom na višu pritku; greda: premet strance na maloj gredi; karike: okreti u predljudaju za 180°, okreti u zaljudaju za 180°. 9. Analiza tehnike, metodike obuke, grešaka u izvedbi, čuvanja i pomaganja te poučavanje: preskok: sklonka; dvovisinske ruče: kovrtljaj natrag iz upora prednjeg; greda: zamah zanožno do upora ležećeg, klečećeg jednonožnog sa zanoženjem, čučecćeg, naskok slobodni u stav – uporom ruke o gredu, bez upora rukom o gredu; tlo: premet strance uporom jedne ruke o tlo – uporom na istoimenu ruku i raznoimenu ruku 10. Analiza tehnike, metodike obuke, grešaka u izvedbi, čuvanja i pomaganja te poučavanje: dvovisinske ruče: naupor sunožnim odrazom; greda: saskok premet strance s okretom za 180° natrag - „rondat“; tlo: premet strance s okretom za 180° natrag – „rondat“ 11. Analiza tehnike, metodike obuke, grešaka u izvedbi, čuvanja i pomaganja te poučavanje: dvovisinske ruče: premah zgrčni jednonožni iz upora prednjeg, kovrtljaj naprijed jašući; greda: kolut naprijed i kolut natrag (preko glave i preko ramena); tlo: kolut natrag kroz stoj na rukama 12. Analiza tehnike, metodike obuke, grešaka u izvedbi, čuvanja i pomaganja te poučavanje: dvovisinske ruče: naskok s premahom zgrčnim jednonožnim, naskok s premahom zgrčnim sunožnim; greda: naskok s premahom zgrčnim jednonožnim, naskok s premahom zgrčnim sunožnim, naskok u upor čučecći; tlo: most naprijed i natrag (2TP+2V) 13. Analiza tehnike, metodike obuke, grešaka u izvedbi, čuvanja i pomaganja te poučavanje: preskok: zgrčka sa zanoženjem; greda: zamah zanožno (do upora ležećeg, klečećeg jednonožnog sa zanoženjem, čučecćeg), saskok zanoška iz jednonožnog kleka sa zanoženjem i upora ležećeg 14. Analiza tehnike, metodike obuke, grešaka u izvedbi, čuvanja i pomaganja te poučavanje: greda: stoj na lopaticama; dvovisinske ruče: smak; tlo: premet naprijed 15. Analiza tehnike, metodike obuke, grešaka u izvedbi, čuvanja i pomaganja te poučavanje pri izvedbi gimnastičkih sastava (vježbi): obavezne vježbe na: dvovisinskim ručama, gredi i tlu 																		
Obveze studenata																			
Praćenje rada studenata	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%;">pohađanje nastave</td> <td style="width: 10%;">10%</td> <td style="width: 10%;">0.5</td> <td style="width: 30%;">kolokvij</td> <td style="width: 10%;">30%</td> <td style="width: 10%;">1.5</td> </tr> <tr> <td>pismeni ispit</td> <td>20%</td> <td>1</td> <td>praktični ispit</td> <td>10%</td> <td>0.5</td> </tr> <tr> <td>usmeni ispit</td> <td>30%</td> <td>1.5</td> <td style="text-align: right;">ukupno</td> <td colspan="2" style="text-align: center;">5.0 ECTS</td> </tr> </table>	pohađanje nastave	10%	0.5	kolokvij	30%	1.5	pismeni ispit	20%	1	praktični ispit	10%	0.5	usmeni ispit	30%	1.5	ukupno	5.0 ECTS	
pohađanje nastave	10%	0.5	kolokvij	30%	1.5														
pismeni ispit	20%	1	praktični ispit	10%	0.5														
usmeni ispit	30%	1.5	ukupno	5.0 ECTS															
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Živčić Marković, K., Krističević, T. (2016). Osnove sportske gimnastike. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Živčić, K. (2007). Akrobatska abeceda u sportskoj gimnastici. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 3. Živčić, K., Breslauer, N. (2011). Opis nastavnih tema i kriteriji ocjenjivanja – Tjelesna i zdravstvena kultura u razrednoj nastavi. Zagreb: LIP PRINT. 																		



	4. Živčić, K., Breslauer, N., Stibilj-Batinić, T. (2008). Dijagnosticiranje i znanstveno verificiranje metodičkog postupka učenja u sportskoj gimnastici . <i>Odgojne znanosti</i> , 1(15): 159-180.
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Živčić, K., Krističević, T. (2008). Specifične pripremne vježbi u akrobatici. <i>Kondicijski trening</i>. 6 (1): 22-29.2. Živčić Marković, K. (2010). Uloga i značaj sportske gimnastike u razrednoj nastavi. <i>Zbornik Međimurskog veleučilišta u Čakovcu</i>. 2 (1): 113-121.3. Živčić Marković, K., Stibilj-Batinić, T., Badić, A. (2010). Osnove učenja preskoka u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture. u: Findak, V. (ur.) <i>Zbornik radova 19. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske</i>. Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 598-604.4. Stibilj-Batinić, T., Živčić Marković, K., Badić, A. (2010). Primjena grede u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture. u: Findak., V. (ur.) <i>Zbornik radova 19. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske</i>. Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 605- 611.5. Živčić, K., Furjan-Mandić, G., Horvatin-Fučkar, M. (2007). The Kinematic Model of the Bounce-off Phase in some Acrobatic Elements with Forward Body Rotation. <i>Facta Universitatis, Series Physical Education and Sport, University of Niš</i>, 1 (5): 9-18.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



RASPORED SATI III. SEMESTRA ak. god. 2020./2021.

RASPOREDA SATI za 3. SEMESTAR (IPDSS - Kineziologija) - akademska godina 2020./21. (vrijedi od 5.10.2020.)

grupa	PONEDELJAK												UTORAK												SRIJEDA												ČETVRTAK												PETAK												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
8.00																																																													
8.30																																																													
10.30																																																													
10.45																																																													
12.45																																																													
13.00																																																													
15.00																																																													

NAPOMENA - detaljne informacije o provedbi nastave pojedinih predmeta nalaze se u sustavu Merlin

ELEMENTI PSIHOLOGIJE - nastava počinje 5.10.2020.

predavanja će se održavati on-line u obliku video snimke koja će biti postavljena na Merlin svaki tjedan
 vježbe će se održavati svaki tjedan u realnom vremenu putem Zoom-a u grupama kako je predviđeno rasporedom
PONAVLJAČI obavezno se javite u 1. tjednu nastave na mail rebeka.prosoli@kif.hr



IV. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
120959	Biološka kinantropologija	prof. dr. sc. Marjeta Mišigoj-Duraković	45		15	4.5
120962	Hrvanje	izv. prof. dr. sc. Mario Baić	12	24	24	5.0
120963	Motorička kontrola	izv. prof. dr. sc. Pavle Mikulić	24	24	12	4.5
121003	Nogomet	doc. dr. sc. Valentin Barišić	15	30	30	6.0
120979	Psihologija sporta i tjelesnog vježbanja	prof. dr. sc. Renata Barić	30		30	4.5
120982	Sportska gimnastika II.	izv. prof. dr. sc. Željko Hraski	15	30	30	5.0
UKUPNO			141	108	141	29.5



BIOLOŠKA KINANTROPOLOGIJA (120959)

nositeljica predmeta		prof. dr. sc. Marjeta Mišigoj-Duraković	
kancelarija		183	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		marjeta.misigoj-durakovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658613	
nastavnik		doc. dr. sc. Maroje Sorić	
kancelarija		144	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		maroje.soric@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658744	
suradnik		Josip Karuc	
kancelarija		Laboratorij za mjerenje i praćenje tjelesne aktivnosti	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		josip.karuc@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658744	
vanjski suradnik		prof. dr. sc. Zijad Duraković	
e-mail		zijad.durakovic@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		dr. sc. Ivan Škoro	
e-mail		ivan.skoro@kif.unizg.hr	
vanjska suradnica		prim. Mandica Vidović, dr. med.	
e-mail		mandica.vidovic@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		dr. med. Pavle Hajvaz	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	IV. – ljetni	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz Funkcionalne anatomije i Fiziologije sporta i vježbanja	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A2 (V) predionica P8 – ovisno o epidemiloškim mjerama moguća provedba nastave (P) i (V) on-line nastave u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu		
način izvođenja nastave	60 sati = 45P + 15V + samostalni zadaci + seminari i radionice	očekivani broj studenata na predmetu	160 - 180
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje spoznaja o somatskim i funkcionalnim promjenama koje se zbivaju tijekom rasta i sazrijevanja djece, spolnom dimorfizmu u prostoru bioloških svojstava i karakteristika relevantnih za sportsku uspješnost te o fenomenu starenja. Studenti stječu i temeljne spoznaje o istraživanjima o veličini udjela genetskih čimbenika u ukupnoj fenotipskoj varijabilnosti kontinuiranih kvantitativnih bioloških svojstava važnih za uspjeh u pojedinim sportovima odnosno sportskim disciplinama. Nadalje, cilj je predmeta stjecanje vještine provedbe kinantropometrijskih postupaka i njihove primjene u praćenju rasta, analizi sastava tijela i konstitucije kao podloge za razumijevanje promjena tijekom rasta i sazrijevanja djece i adolescenata te za razumijevanje utjecaja različitih čimbenika na rast, sazrijevanje i razvoj, kao i na promjene koje se zbivaju starenjem, posebno s obzirom na razinu tjelesne aktivnost, sport i vježbanje.		



<p>Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi</p>	<ul style="list-style-type: none">- Izvođenje morfoloških kinantropometrijskih mjerenja i njihova upotreba u procjeni sastava uhranjenosti i sastava tijela;- razumijevanje normalnog procesa rasta i razvoja;- procjena razlika u sazrijevanju djece te posljedičnih razlika u sposobnostima vezanim uz tjelesnu aktivnost i vježbanje;- planiranje i programiranje kinezioloških programa;- evaluacija trenažnih procesa za djecu i mlade;- evaluacija programa rekreativnog vježbanja i fitness-programa za odrasle osobe i osobe starije životne dobi.
<p>Očekivani ishodi učenja na razini predmeta</p>	<p>Studenti će moći:</p> <ul style="list-style-type: none">- izmjeriti 50 morfoloških kinantropometrijskih mjera;- izračunati sastav tijela metodom mjerenja kožnih nabora;- procijeniti status uhranjenosti putem različitih morfoloških mjera i indeksa;- razumjeti dinamiku normalnog rasta i razvoja djece;- uočiti razliku između kronološke i biološke dobi djeteta;- razumjeti proces starenja i njegov utjecaj na sposobnosti vezane uz tjelesnu aktivnost i vježbanje;- razumjeti razlike među spolovima;- razumjeti osnove genetike i nasljednost pojedinih bioloških karakteristika.
<p>Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave</p>	<p>Predavanja i vježbe:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Uvod. Antropologija – definicija, principi i ciljevi istraživanja. (2P)2. Morfološka kinantropometrija – definicija i svrha (2P)3. Postupak mjerenja u morfološkoj kinantropometriji (2P+2V)4. Mjerenje longitudinalnih dimenzija tijela (2V)5. Mjerenje transverzalnih dimenzija tijela (2V)6. Mjerenje cirkularnih dimenzija tijela (2V)7. Mjerenje kožnih nabora (2V)8. Modeli sastava tijela (2P+1V)9. Metode za procjenu sastava tijela (2P+2V)10. Konstitucija – povijest istraživanja i metode procjene (2P+2V)11. Čimbenici uobličavanja konstitucije (2P)12. Varijabilnost humanog somatotipa: somatotip sportaša (2P)13. Definicije rasta, sazrijevanja i razvoja (2P)14. Metode praćenja rasta. Opća krivulja rasta. (2P)15. Čimbenici koji utječu na rast i sazrijevanje (2P)16. Sekularni trend (2P)17. Biološko sazrijevanje (2P)18. Razdoblje pubertet i adolescencije (2P)19. Metode određivanja fiziološke dobi (2P)20. Spolni dimorfizam u prostoru morfoloških karakteristika tijela (2P)21. Spolni dimorfizam u građi i sastavu tijela (2P)22. Spolni dimorfizam u prostoru kardio-respiratornih sposobnosti (2P)23. Definicije i teorije starenja (2P)24. Promjene fizioloških karakteristika tijekom starenja (2P)25. Kronične bolesti – povećanje učestalosti tijekom starenja (1P)26. Važnost tjelesne aktivnosti za održanje funkcionalnih sposobnosti u starosti (2P)27. Genetička istraživanja bioloških svojstava povezanih sa tjelesnom aktivnosti (2P)



Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje na nastavi, rješavanje individualnih problemskih zadataka.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.5	kolokvij (pismeni ispit)	45%	2
	usmeni ispit	45%	2	ukupno	4.5 ECTS	
Obvezna literatura	1. Mišigoj-Duraković, M. (2008). Kinantropologija – biološki aspekti vježbanja. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
Dopunska literatura	1. Malina, R., Bouchard, C., Bar-Or, O. (ur.) (2004). Physical Activity, Growth, Maturation and Physical Activity. 2nd Edition. Champaign, Illinois: Human Kinetics. 2. Heyward, V. H., Wagner, D. R. (2004). Applied Body Composition Assessment. 2nd Edition. Champaign, Illinois: Human Kinetics. 3. Wilmore, I. K., Costill, D.L. (2008). Physiology of Sport and Exercise. Champaign, Illinois: Human Kinetics Books. (Odabrana poglavlja)					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



HRVANJE (120962)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Mario Baić	
kancelarija		136	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		mario.baic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658736	
suradnik		dr. sc. Damir Pekas	
kancelarija		137	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		damir.pekas@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658737	
vanjski suradnik		Tomislav Mićuda mag.cin.	
e-mail		tomislav.micuda@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		dr. sc. Kristijan Slačanac, predavač	
e-mail		kristijan.slacanac@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	IV. – ljetni	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Nema posebnih preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A2 (S) dvorana A (V) dvorana A – ovisno o epidemiološkim mjerama – (P) on-line nastave u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (TPP i V) hibridnom kontakt nastavom od 120 minuta – hrvačkoj dvorani		
način izvođenja nastave	60 sati = 12P + 24S + 24V	očekivani broj studenata na predmetu	200 - 220
ciljevi predmeta	Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja o strukturama kretanja i metodama poučavanja olimpijskih načina hrvanja te njihova primjena u edukaciji, rekreaciji, sportu te vojsci i policiji. Od posebnih znanja posebno se izdvaja značaj utjecaja hrvanja na antropološki status vježbača te primjena cijelog niza specifičnih hrvačkih vježbi (padova, vježbi mosta te vježbi u parovima) koje su vrijedna dopuna u drugim sportovima.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja o značaju i karakteristikama različitih načina hrvanja (klasični i slobodni način hrvanja, te hrvanje grappling načinom). Posebno će steći teorijska i praktična znanja potrebna za provođenje nastavnih tema iz borilačkih vježbi i struktura predviđenih planom i programom TZK u osnovnim, srednjim školama i fakultetima. Osim razumijevanja teorijskih osnova sposobni su demonstrirati elemente tehnike i methodske vježbe za učenje određenih složenijih tehničkih elemenata iz hrvanja čija je primjena velika u vojsci, policiji i zaštitarskim službama. Također, studenti će biti sposobni primjenjivati specifične hrvačke vježbe (padove, vježbe mosta te vježbe u paru) kao dopunu u kondicijskoj pripremi drugih sportova, razumjeti ulogu i značaj hrvanja u utjecaju na antropološki status subjekata te organizirati školska natjecanja i voditi ekipe na međuškolska i sveučilišna natjecanja iz hrvanja.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Studenti stječu znanja o osnovnim značajkama i osobitostima polistrukturne acikličke aktivnosti hrvanja.- Studenti će biti u stanju razumjeti utjecaj bavljenja hrvanjem na antropološki status pojedinca.- Studenti će ovladati specifičnim methodskim postupcima koji se primjenjuju u hrvanju.		



	<ul style="list-style-type: none">- Studenti će steći znanja o transferu specifičnih hrvačkih sadržaja u obuku vojske, policije i zaštitarskih službi.- Studenti će se upoznati i razumjeti biomehaničke zakonitosti primjene odnosno izvođenja hrvačkih tehnika u stojećem i parternom položaju iz klasičnog načina hrvanja.- Studenti će se upoznati i razumjeti biomehaničke zakonitosti primjene odnosno izvođenja hrvačkih tehnika u stojećem i parternom položaju iz slobodnog i grappling načina hrvanja.- Studenti će ovladati specifičnim hrvačkim vježbama (padovima, vježbama mosta te vježbama u paru).- Studenti će znati organizirati natjecanja iz jednostavnijih oblika hrvanja .
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Teorijska predavanja (svaka tema se obrađuje po dva nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Povijesni razvoj hrvanja u Hrvatskoj i svijetu2. Kineziološka analiza hrvanja (sistematizacija i klasifikacija tehničkih elemenata u hrvanju; strukturalna analiza hrvanja u stojećem i parternom položaju; teorija taktike – načini taktičke pripreme tehnika; taktika vođenja borbe i taktika nastupa na natjecanjima; biomehanička analiza osnovnih borbenih položaja, osnovnih hrvačkih tehnika i hrvačkog „mosta“; kinematički, dinamički, elektromiografski, anatomske i energetske karakteristike hrvanja).3. Antropološka analiza hrvanja (utjecaj antropoloških čimbenika na rezultate u hrvanju; jednadžbe specifikacije uspješnosti u hrvanju; antropometrijske, motoričke, funkcionalne, kognitivne, konativne i mikrosociološke značajke hrvanja; modelne karakteristike vrhunskih hrvača; utjecaj hrvanja kao kineziološkog operatora na razvoj antropoloških dimenzija s aspekta znanstvenih istraživanja izvršenih na djeci, studentima, vrhunskim hrvačima, te vojsci i policiji)4. Pravila hrvanja. Metodika učenja tehnike hrvanja. Metodičke pripremne vježbe. Metodički postupci, čuvanje i asistencija kod učenja tehnike. Sredstva i metode učenja.5. Kondicijska priprema u hrvanju. Primjena specifičnih hrvačkih vježbi (padova, vježbi mosta te vježbe u paru) kao dopuna u kondicijskoj pripremi drugih sportova, s aspekta njihove velike primjene u slabijim materijalnim uvjetima rada.6. Korisnost hrvanja i programa hrvanja po Hrvatskom nacionalnom obrazovnom standardu (HNOS-u). Modificirani način hrvanja. Organizacija treninga i natjecanja iz jednostavnijih oblika hrvanja. <p>Teorijsko praktična predavanja i vježbe (svaka tema se obrađuje 2TPP+2V)</p> <p><u>Klasični način hrvanja</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. Upoznavanje studenata s pravilima rada u hrvačkoj dvorani. Poučavanje pada naprijed preko ramena, osnovnog borbenog položaja u parteru, osnovnih zahvata držanja u parteru s pripadajućim protuzahvatima.2. Poučavanje prevrtanja obuhvatom ruku i protuzahvata prevlačenje unazad hvatom raznoimene ruke pod nadlakticu, ključa na vratu naprijed i protuzahvata prevlačenje unazad hvatom istoimene ruke pod nadlakticu, ključa na vratu niska varijanta – četiri koraka te ključa unazad hvatom za čelo3. Poučavanje pada natrag i u stranu, prevrtanja hvatom unutrašnjeg polunelzona i vanjske ruke odozdo, polunelzona vanjskog i protuzahvata bacanja preko leđa hvatom istoimene ruke, dizanja ruke kvačenjem i protuzahvata dovođenja u parter preko ruke4. Poučavanje okretanja obuhvatom ruke i trupa i protuzahvata prevlačenja preko leđa hvatom nadlaktice ili šake, okretanja obrnutim obuhvatom trupa – „niski rebur“ i protuzahvata prevlačenja kroz sjed hvatom za šake, dizanja iz partera (školska varijanta)



	<p>5. Poučavanje osnovnih borbenih položaja u stojećem stavu, dovođenja preko ruke i protuzahvata dovođenje preko ruke, dovođenja poniranjem i protuzahvata bočnog bacanja obuhvatom ruke, svlačenje u parter te ramenskog bacanje s hvatom ruke kroz klek</p> <p>6. Poučavanje ramenskog bacanja hvatom ruke i protuzahvata dovođenja preko ruke, bočnog bacanja hvatom glave i ruke kroz klek, bacanja s uvrtnjem švedski i protuzahvata obaranje kroz sjed (dolazak na leđa), te presavijanja u stranu obuhvatom ruke i trupa</p> <p>7. Poučavanje bočnog bacanja hvatom glave i ruke i protuzahvata presavijanja u stranu obuhvatom trupa, obaranja hvatom ruke i trupa i protuzahvata bacanja s uvrtnjem švedski te dvoručnog salta i protuzahvata obaranja obuhvatom trupa</p> <p><u>Slobodni način hrvanja</u></p> <p>1. Poučavanje osnovnih borbenih položaja u stojećem stavu, osnovnih ulaska i hvatova za noge, bacanja pretklonom – „avion“, obaranja hvatom natkoljenice i potkoljenice, obaranja hvatom vrata i noge, obaranja hvatom i kvačenjem raznoimene noge izvana</p> <p>2. Poučavanje ramenskog bacanja hvatom istoimene noge i ruke (mlin), ramenskog bacanja hvatom glave i istoimene noge (mlin), bacanja podbijanjem hvatom noge i trupa te ramenskog bacanja blokadom istoimene noge</p> <p>3. Poučavanje prevrtanja kvačenjem ruke nogom i protuzahvata prevlačenja preko leđa hvatom nadlaktice, prevrtanja obuhvatom glave i noge – „paket“, prevrtanja kvačenjem unutarnje noge i protuzahvata povlačenje za nogu i obaranje, prevrtanje obratnim obuhvatom vanjske natkoljenice i protuzahvata – „škarice“, prevrtanja križanjem nogu – „iranski križ“</p> <p><u>Grappling način hrvanja</u></p> <p>1. Poučavanje osnovnih borbenih položaja iz grapplinga u stojećem i parternom položaju, osnova gušenja i zahvata poluga (u zglobu lakti, ramena i šake) kao i obrana od istih. Poučavanje kombinacija iz klasičnog, slobodnog i grappling načina hrvanja.</p> <p>2. Poučavanje jednostavnih oblika hrvanja (s posebnim naglaskom na modificirani način hrvanja) te organizacija natjecanja iz hrvanja</p> <p><u>Napomena:</u> kroz pripremni dio navedenih teorijsko-praktičnih predavanja i vježbi, studenti i studentice poučavat će se i velikom broju specifičnih vježbi kojima obiluje hrvanje. Tu se posebno izdvajaju razne vježbe padova, hrvačkog mosta (prednji, stražnji, iz stojeće pozicije..), te specifičnih vježbi u paru (vučenja i potiskivanja partnera na različite načine, različiti načini nošenja partnera..), a što ima također svoju veliku primjenu u radu sa učenicima i studentima, sportašima iz drugih sportova te sa vojskom i policijom.</p>					
Obveze studenata	Prisustvovanje nastavi je obavezno i o tome se vodi evidencija. Studenti kategorizirani kao vrhunski sportaši imaju pravo na više izostanaka u skladu s odlukom Fakultetskog vijeća. Studenti su obavezni voditi bilješke s teoretsko praktičnih predavanja, teoretskih predavanja i vježbi.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.5	kolokvij	10%	0.5
	pismeni ispit	20%	1	praktični ispit	40%	2
	usmeni ispit	20%	1	ukupno	5.0 ECTS	
Obvezna literatura	1. Marić, J., Baić, M., Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima. 2. Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb: Sportska tribina. 3. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.					
Dopunska literatura	1. Baić, M. (2006). Razlike između vrhunskih poljskih i hrvatskih hrvača različitih stilova, dobi i težinskih skupina u prostoru varijabli za procjenu kondicijske pripremljenosti. (Doktorska disertacija), Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Marić, J., Baić, M., Aračić, M. (2003). Kondicijska priprema hrvača. u: Milanović, D., Jukić, I. (ur.) Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa „Kondicijska priprema					



	<p>sportaša“ <u sklopu> 12. zagrebačkog sajma sporta i nautike, Zagreb. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu; Zagrebački športski savez, 339-346.</p> <ol style="list-style-type: none">3. Kraemer, W. J., Fry, A. C., Rubin, M. R., McBride, T. T., Gordon, S. E., Koziris, L. P., Lynch, J. M., Volek, J. S., Meuffels, D. E., Newton, R. U., Fleck, S. J. (2001). Physiological and Performance Responses to Tournament Wrestling. <i>Med. Sci. Sports. Exerc.</i>, 33 (8): 1367-1378.4. Marić, J., Cvetković, Č., Kuleš, B., Jerković, S., Lucić, J., Aračić, M. (1997). Značaj hrvačkog mosta u nastavi hrvanja studenata fizičke kulture. u: Milanović, D. (ur.) Zbornik radova 1. međunarodne znanstvene konferencije „Kineziologija – sadašnjost i budućnost“, Dubrovnik, Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu, 122-124.5. Međunarodna hrvačka pravila. (2010). Zagreb: Hrvatski hrvački savez. (prijevod s francuskog)
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



MOTORIČKA KONTROLA (120963)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Pavle Mikulić	
kancelarija		40/5	
konzultacije		dogovor o vremenu i načinu putem e-pošte	
e-mail		pavle.mikulic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658607	
nastavnik		prof. dr. sc. Goran Marković	
kancelarija		130	
konzultacije		dogovor o vremenu i načinu putem e-pošte	
e-mail		goran.markovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658673	
nastavnica		doc. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić	
kancelarija		202	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru putem mail-a	
e-mail		tatjana.trost-bobic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658659	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
semestar	IV. – ljetni	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A2 (S) predavaonica (V) laboratorij – ovisno o epidemiološkim mjerama – (P i S) i (V) on-line nastave u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu		
način izvođenja nastave	60 sati = 24P + 24S + 12V + laboratorij	očekivani broj studenata na predmetu	190 - 210
ciljevi predmeta	Primijeniti temeljne neurofiziološke i mehaničke principe i koncepte u svrhu izučavanja i razumijevanja ljudskog pokreta, tjelesnog držanja i lokomocije. Predstaviti temeljne koncepte i teorije motoričke kontrole. Predstaviti teorijske i praktične osnove razvoja i prilagodbe fundamentalnih motoričkih vještina i obrazaca pokreta čovjeka. Predstaviti temeljna znanja i vještine vezane uz eksperimentalno proučavanje kontrole ljudskog pokreta.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- Sposobnost neovisnog kritičkog promišljanja, pretraživanja literature i rješavanja problema.- Sposobnost procjene i razvoja motoričke vještine i motoričke izvedbe zdravih osoba različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti.- Sposobnost integriranja spoznaja iz funkcionalne anatomije, fiziologije sporta i vježbanja, biomehanike i motoričke kontrole te njihova uspješna primjena u praktičnom radu u primijenjenim područjima kineziologije.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- razumjeti osnovnu logiku organizacije i funkcioniranja živčanog sustava u kontekstu kontrole svrsishodnih ljudskih pokreta, tjelesnog držanja i lokomocije;- razumjeti ulogu i značaj motoričke kontrole u izvedbi ljudskih pokreta i lokomocije u područjima primijenjene kineziologije;- razumjeti temeljna razvojna obilježja čovjekove motoričke kontrole i njihovu primjenjivost u kineziološkoj praksi;- razumjeti temeljne principe prilagodbe čovjekove motoričke kontrole na akutne i kronične podražaje (bol, umor, tjelesno vježbanje);		



	- kreirati jednostavne eksperimente u svrhu rješavanja tipičnih istraživačkih problema iz područja motoričke kontrole.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari, vježbe: <ol style="list-style-type: none">1. Organizacija živčanog sustava – neuron, SŽS, PŽS (2P+2S)2. Osjetni sustavi – vizualni i vestibularni sustav (2P+2S)3. Osjetni sustavi – kinestetički sustav (2P+2S)4. Jednozglobni sustav – mišić, motorička jedinica, mišićna mehanika (2P+2S)5. Višezglobni sustav – lokomotorni aparat, smještaj i dizajn mišića (2P+2S)6. Pokret – spinalni refleksi, automatski odgovori; <i>Kolokvij</i> (2P+2S)7. Pokret – stav, ravnoteža i lokomocija (2P+2S)8. Pokret – stav, ravnoteža i lokomocija. (2V)9. Pokret – spinalni refleksi, automatski odgovori. (2V)10. Pokret – voljna akcija, balistički pokreti (2P+2S)11. Motorička kontrola, teorije, kontrolni sustavi otvorene i zatvorene petlje (2P+2S)12. Motoričke vještine i obrasci pokreta (2P+2S)13. Pokret – voljna akcija, balistički pokreti. (2V)14. Motoričke vještine i obrasci pokreta. (2V)15. Motorički razvoj (2P+2S)16. Promjene u motoričkoj kontroli – bol, ozljeda, umor, trening (2P+2S)17. Motorički razvoj. (2V)18. Promjene u motoričkoj kontroli – bol, ozljeda, umor, trening. (2V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje i prisustvovanje nastavi (uključujući nastavu na daljinu kao i kontaktnu nastavu); aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu; polaganje kolokvija i ispita.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	22%	1	kolokvij	33%	1.5
	pismeni ispit	45%	2	ukupno	4.5 ECTS	
obvezna literatura	1. Mikulić, P., Marković, G. (2016). Odabrana poglavlja iz motoričke kontrole. Interna skripta. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
dopunska literatura	1. Latash, M. L. (2008). Neurophysiological Basis of Movement. Champaign, IL: Human Kinetics.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



NOGOMET (121003)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Valentin Barišić	
kancelarija		157	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		valentin.barisic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658757	
poslijedoktorandica		dr. sc. Tihana Nemčić	
kancelarija		70	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tihana.nemcic@kif.unizg.hr	
telefon		+385136583670	
asistent		Ivan Mikulić, mag.cin.	
kancelarija		70	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ivan.mikulic@kif.unizg.hr	
telefon		+385136583670	
vanjski suradnik		Mihael Mindek, mag.cin.	
e-mail		mihael.mindek@gmail.com	
vanjski suradnik		Marko Matušinski	
e-mail		m.matusinski@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	IV. – ljetni	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A2 (S) dvorana B (V) dvorana B – ovisno o epidemiološkim mjerama – (P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (TPP i V) hibridnom kontakt nastavom od 120 minuta – dvorana B		
način izvođenja nastave	75 sati = 15P + 30S + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	190 - 210
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je pripremiti i osposobiti/školovati studenta za izvođenje nastavnih jedinca iz nogometa u nastavi TZK u osnovnoj i srednjoj školi i dijelom na visokoškolskim institucijama. Cilj je upoznati studente s poviješću, pravilima i organizacijom nogometnih natjecanja, tehnikom, metodikom poučavanja i osnovama taktike nogometne igre.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primjenjivati znanja u osnovnoškolskom, srednjoškolskom i visokoškolskom sustavu obrazovanja u okviru nastave Tjelesne i zdravstvene kulture, prepoznati i kritički promišljati o prednostima i nedostacima primjene nogometnih sadržaja u odnosu na ostale kineziološke aktivnosti.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: razumjeti poziciju nogometne igre u različitim klasifikacijama sportova, demonstrirati praktično i verbalno osnovna znanja o nogometnoj tehnici, metodici poučavanja i o osnovama taktike, identificirati utjecaje i doprinose pojedinih motoričkih znanja i sposobnosti situacijskoj učinkovitosti u nogometnoj igri ili odsječcima igre.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja (P) <ol style="list-style-type: none">1. Povijesni razvoj nogometa (2P)2. Pravila nogometne igre (2P)3. Kineziološka i strukturalna analiza nogometa (2P)4. Elementarna tehnika nogometaša (3P)		



	<ol style="list-style-type: none">5. Metodika obučavanja elementarne tehnike (2P)6. Taktika nogometne igre u fazi napada (2P)7. Taktika nogometne igre u fazi obrane (2P) <p>Teorijsko praktična predavanja i vježbe (svaka tema se obrađuje 2TPP+2V)</p> <ol style="list-style-type: none">8. Tehnika kretanja igrača bez lopte (osnovno kretanje, start i startno ubrzanje, maksimalna brzina kretanja)9. Tehnika kretanja igrača bez lopte (promjene pravca kretanja, odrazi, skokovi i doskoci, aritmična kretanja)10. Vođenja lopte (pravocrtna vođenja u osnovnom tempu kretanja – različiti dijelovi stopala)11. Vođenja lopte (krivocrtna vođenja promjenjivim tempom kretanja – različiti dijelovi stopala)12. Udarci po lopti nogom13. Udarci po lopti glavom14. Primanje lopte (na principu amortizacije i nakon odbijanja lopte od podloge)15. Prijenosi lopte16. Oduzimanja lopte17. Varke u igri (driblinzi i fintiranja)18. Ubacivanje lopte u igru rukama (tehnika auta)19. Tehnika vratara (bez lopte i s loptom)20. Igra u različitim brojčanim odnosima – mali nogomet (4:4, 5:4, 5:5, 6:5, 6:6)21. Taktika igre u fazi napada i obrane – veliki nogomet (11:11)22. Natjecanje po grupama					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	aktivnost na nastavi	9%	0.5	kolokvij	16%	1
	pismeni ispit	9%	0.5	praktični ispit	33%	2
	usmeni ispit	33%	2	ukupno	6 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Barišić, V. (2007). Kineziološka analiza taktičkih sredstava u nogometnoj igri. Zagreb: Kineziološki fakultet. Doktorska disertacija.2. Dujmović, P. (2006). Škola suvremenog nogometa. Zagreb: Zagrebački nogometni savez.3. Pravila nogometne igre (2018). Zagreb: Hrvatski nogometni savez.4. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet - integralni kondicijski trening. Zagreb: Grafički zavod Hrvatske.5. Priručnik za nogometne trenere (2008). UEFA A. Zagreb: Nogometna akademija Hrvatskoga nogometnog saveza.6. Nogometni leksikon (2004). Zagreb: Leksikografski zavod Miroslav Krleža.					
Dopunska literatura						
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



PSIHOLOGIJA SPORTA I TJELESNOG VJEŽBANJA (120979)

nositeljica predmeta		prof. dr. sc. Renata Barić	
kancelarija		141/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom ponedjeljkom od 12-00 do 13.00 sati	
e-mail		renata.baric@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658742	
asistentica		Rebeka Prosoli mag.psih.	
kancelarija		137	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom ponedjeljkom od 12-00 do 13.00 sati	
e-mail		rebeka.prosoli@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658737	
asistentica		Matea Karlović, mag. psih.	
kancelarija		137	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom ponedjeljkom od 12-00 do 13.00 sati	
e-mail		matea.karlovic@unizg.kif.hr	
telefon		+38513658737	
vanjska suradnica		Vesna Hude, prof. psih.	
e-mail		vesna.hude@zg.t-com.hr	
vanjska suradnica		Sonja Krnjeta Ivanović, prof.psih.	
e-mail		sonja.krnjeta.ivanovic@unizg.kif.hr	
vanjska suradnica		Ivana Sadaić, prof.psih.	
e-mail		ivana.sadaic@unizg.kif.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	IV. - ljetni	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz predmeta Elementi psihologije.	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A2 (V) predavaonica – ovisno o epidemiološkim mjerama – (P) i (V) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30V + seminari i radionice + mješovito e-učenje + ostalo	očekivani broj studenata na predmetu	180 - 200
ciljevi predmeta	Studenti će se detaljno upoznati sa suvremenim teorijama i konstruktima iz područja psihologije sporta i tjelesnog vježbanja. Upoznat će se s pozitivnim i negativnim utjecajima tjelesnog vježbanja i sporta na psihološki razvoj, psihološke karakteristike i kvalitetu života. Upoznat će se s modelima promjene ponašanja vježbača. Naučit će kakav utjecaj različiti psihički procesi (npr. koncentracija, donošenje odluka, emocije) imaju na sportsku izvedbu te na koji način treneri/kineziolozi mogu djelovati u toj domeni kako bi sportska izvedba bila optimalna. Naučit će kako ličnost i različite situacijske varijable (trener, sportsko okruženje i sl.) mogu djelovati na motivaciju, anksioznost, agresivnost i grupne procese u sportu. Steći će osnovna znanja o specifičnostima sporta i vježbanja djece i mladih, naučit će načine pomoću kojih trener/učitelj može pozitivno djelovati na samopouzdanje, samopoštovanje i razvoj socijalnih vještina kroz		



	<p>sport. Studenti će naučiti prepoznati, analizirati i razlikovati potrebe sportaša i vježbača, kao i probleme i izazove psihološke prirode pred kojima se kineziolog može naći u svom poslu te će usvojiti učinkovite načine odgovaranja i nošenja s istima što će biti provjeravano i evidentirano kroz kvizove, kolokvije, domaće zadaće, radionice i analize slučajeva te pismeni ispit.</p>
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- studenti će razumjeti kako psihološki faktori djeluju na odabir sporta i tjelesnog vježbanja, tj. na usvajanje aktivnog životnog stila te njegovu povezanost s psihološkim i tjelesnim zdravljem te kvalitetom života;- studenti će naučiti kako psihološki faktori djeluju na sportsku izvedbu i sportski rezultat;- prepoznat će i razumjeti različite aspekte individualnog razvoja kroz sport i tjelesno vježbanje;- -studenti će usvojiti određena ponašanja i postupke usklađene s principima djelovanja socio-emocionalnih varijabli (rukovođenje, grupni procesi, anksioznost, agresivnost, pažnja, motivacija...) na sportsku izvedbu koje će moći primijeniti u sportskom okruženju, u procesu učenja i usvajanja motoričkih znanja/vještina te na natjecanju.
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- studenti će usvojiti osnovna konceptualna znanja o suvremenim teorijama iz područja psihologije sporta i tjelesnog vježbanja, naučit će definirati i razlikovati njihove konstrukte te razumjeti doprinos psihologije i ulogu psihološke struke u području sporta i tjelesnog vježbanja;- razumjet će mehanizme koji leže u pozadini psihološke dobrobiti vježbanja, upoznat će se s rezultatima suvremenih studija iz područja vježbanja i kvalitete života i praktičnim preporukama koje iz njih proizlaze;- naučit će osnovne obrasce ponašanja i komunikacije s ciljem podizanja osjećaja kompetentnosti, a time i zadovoljstva, samopoštovanja i motivacije učenika, vježbača i sportaša;- usvojiti će strategije uspješnog rukovođenja i oblikovanja pozitivne motivacijske klime na nastavi TZK, u rekreaciji i sportskoj ekipi;- razlikovat će i naučiti prepoznati osnovne motivacijske obrasce, kao i psihološke principe postavljanja ciljeva;- razumjet će važnost kognitivnih procesa u sportu (pažnja, pamćenje) i njihovu povezanost sa sportskom izvedbom;- naučit će prepoznati znakove povišene pobuđenosti i treme u sportu, te će usvojiti neke bihevioralne tehnike za smanjenje tih simptoma;- upoznat će se s negativnim učincima i pojavama unutar sporta i vježbanja te štetnim i nepoželjnim obrascima socijalnih odnosa, ponašanja i doživljavanja sporta i vlastite uloge u sportskom okruženju;- razvijat će kritičko mišljenje i unaprjeđivati sposobnost prepoznavanja i rješavanja problemskih situacija u sportu i vježbanju na temelju niza praktičnih vježbi;- - razvijat će senzibilitet za prepoznavanje različitih potreba djece, sportaša i vježbača u skladu s njihovim razvojno-psihološkim karakteristikama, osvijestit će važnost poticanja i njegovanja osjećaja kompetentnosti na svim razinama kao osnovnog preduvjeta intrinzične motivacije i zadovoljstva sobom i sportskim okruženjem te će dobiti neke praktične preporuke kako to realizirati u praksi.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja i vježbe</p> <ol style="list-style-type: none">1. Uvod: Psihologija sporta i vježbanja, psihologija u kineziološkoj edukaciji; uloga sportskog psihologa i psihološke pripreme u sportu (2P) (1) Obilježja primijenjene psihologije u sportu, vježbanju i edukaciji (debata) (2V)2. Psihološke dobrobiti tjelesnog vježbanja (2P) (2) SITA – potrebe i pokretači tjelesnog vježbanja (2V)3. Vježbanje i samopoimanje, samopoštovanje i samoeфикаsnost (2P)



	<p>(3) Konstruktivna povratna informacija (pohvala vs. kritika) – utjecaj na samopoštovanje, osjećaj kompetentnosti i pozitivnu sliku o sebi (2V)</p> <p>4. Tjelesno vježbanje i kvaliteta života (2P)</p> <p>(4) Karakteristike i izvedba treninga s ciljem pozitivnog djelovanja na psihološko zdravlje (2V)</p> <p>5. Modeli promjene ponašanja (2P)</p> <p>(5) Motivacija za vježbanje ciljanih grupa sudionika – praktični primjeri modela promjene ponašanja (2V)</p> <p>6. Pažnja u sportu (2P)</p> <p>(6) Pažnja i pobuđenost u sportu – prepoznavanje i prilagodba individualnog stila pažnje karakteristikama sporta, kako regulirati tjelesnu pobuđenost (2V)</p> <p>7. Emocije i emocionalna kontrola u sportu (2P)</p> <p>(7) Utjecaj emocija i raspoloženja na sportsku izvedbu (POMS) – koju emociju trebam na terenu? (emocije: kognitivno-bihevioralni pristup: povezanost mišljenja, emocija i ponašanja; pozitivni i negativni utjecaj ugodnih i neugodnih emocija na sportsku izvedbu) (2V)</p> <p>8. Motivacija u sportu i vježbanju (2P)</p> <p>9. Ciljna orijentacija u sportu (2P)</p> <p>(8) Usmjerenost na učenje vs. usmjerenost na rezultat u sportu: motivacija; principi postavljanja ciljeva (perfekcionizam, kauzalne atribucije) (2V)</p> <p>10. Psihologija grupe (4P)</p> <p>(9) Tko je dobar trener? (rukovođenje, kohezivnost, odnos trener-sportaš, motivacijska klima) (2V)</p> <p>11. Ličnost i sport (4P)</p> <p>(10) Anksioznost (trema) u sportu (2V)</p> <p>(11) Agresivnost u sportu (2V)</p> <p>12. Kognitivne sposobnosti u sportu (2P)</p> <p>(12) Procjena kognitivnog opterećenja sportske aktivnosti (2V)</p> <p>13. Sport djece i mladih (2V)</p> <p>(13) Učenje socijalnih vještina kroz kineziološke aktivnosti (2V)</p> <p>(14) Tamna strana sporta (negativni aspekti sporta, hiperkompetitivnost, bullying, makjavelistički pristup, kažnjavanje, psihološko/emocionalno/tjelesno/seksualno zlostavljanje) (2V)</p> <p>(15) Analiza slučajeva i praktičnih primjera iz sporta tj. vježbanja. Završna diskusija i evaluacija nastave. (2V)</p>																		
Obveze studenata	<p>Od studenata se očekuje redovito prisustvo i aktivno praćenje i sudjelovanje na nastavi: na predavanjima i vježbama i u svim oblicima nastavnog rada (radionice, diskusije, grupni zadaci, debate). Od studenata se očekuje kontinuirano svladavanje nastavnog gradiva što će se sustavno provjeravati kroz veći broj kraćih kvizova i kroz tri kolokvija. Studenti mogu, ako žele, sudjelovati u znanstvenom istraživanju za što će biti honorirani dodatnim bodovima.</p>																		
Praćenje rada studenata	<table border="1"> <tr> <td>pohađanje nastave</td> <td>10%</td> <td>0.5</td> <td>pismeni ispit</td> <td>30%</td> <td>1.25</td> </tr> <tr> <td>kolokvij</td> <td>30%</td> <td>1.25</td> <td>aktivnost i rad na nastavi</td> <td>10%</td> <td>0.5</td> </tr> <tr> <td>usmeni ispit</td> <td>20%</td> <td>1</td> <td>ukupno</td> <td colspan="2">4.5 ECTS</td> </tr> </table>	pohađanje nastave	10%	0.5	pismeni ispit	30%	1.25	kolokvij	30%	1.25	aktivnost i rad na nastavi	10%	0.5	usmeni ispit	20%	1	ukupno	4.5 ECTS	
pohađanje nastave	10%	0.5	pismeni ispit	30%	1.25														
kolokvij	30%	1.25	aktivnost i rad na nastavi	10%	0.5														
usmeni ispit	20%	1	ukupno	4.5 ECTS															
Obvezna literatura	<p>1. Horga, S. (2009). Psihologija sporta. Zagreb: Kineziološki fakultet.</p> <p>2. Cox, R.H. (2005). Psihologija sporta. Jastrebarsko: Naklada Slap.</p> <p>3. Perspektivno se planira pisanje udžbenika Psihologija sporta i tjelesnog vježbanja kao osnovnog udžbenika za ovaj predmet (autori: Barić, R. i Greblo, Z.)</p>																		
Dopunska literatura	<p>1. Petz, B. (2005) Psihologijski rječnik. Jastrebarsko, Naklada Slap</p>																		



	<ol style="list-style-type: none">2. Barić, R. (2010). Psihološki aspekti košarkaške igre – motivacija. u: Matković, B. (ur.) Antropološka analiza košarkaške igre. Zagreb: Kineziološki fakultet, 131-166.3. Liukkonen, J. (2007) . Psychology for physical educators. New York: Human Kinetics.4. Weinberg, R., Gould, D. (2007). Foundations of Sport and Exercise psychology, 4th Ed. New York: Human Kinetics.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



SPORTSKA GIMNASTIKA II (120982)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Željko Hraski	
kancelarija		174	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		zeljko.hraski@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658774	
sunositelj		izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević	
kancelarija		dekanat	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomislav.kristicevic@kif.unizg.hr	
poslijedoktorand		dr. sc. Marijo Možnik	
kancelarija		178	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		marijo.moznik@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658178	
poslijedoktorantica		dr. sc. Lucija Milčić, pred.	
kancelarija		178	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		lucija.milcic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658178	
vanjski suradnik		mr. sc. Ratko Vuković, pred.	
e-mail		gimnasticki.savez.kazup@gmail.com	
vanjska suradnica		Aida Badić, pred.	
e-mail		aidabadic@gmail.com	
vanjski suradnik		Marko Brez, pred.	
e-mail		markbrez@gmail.com	
vanjski suradnik		Tomislav Cug, pred.	
e-mail		tomislav.cug.kiflica@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	IV. – ljetni	godina studija	II.
uvjeti za upis predmeta	Odslušan predmet Sportska gimnastika 1 (dobiven potpis o urednom pohađanju nastave).	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A2 (S) dvorana F (V) dvorana F – ovisno o epidemiološkim mjerama – (P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (TPP i V) hibridnom kontakt nastavom od 120 minuta – gimnastičkoj dvorani		
način izvođenja nastave	75 sati = 15P + 30S + 30V + multimedija i mreža	očekivani broj studenata na predmetu	190 - 210
ciljevi predmeta	- Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja o primjeni sadržaja sportske gimnastike u različitim školskim i rekreativnim programima. - Usvojiti znanja o realizaciji sadržaja iz muške sportske gimnastike koja su predviđena programom tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnoj i srednjoj školi, kao i o utjecaju primjene tih sadržaja na transformaciju motoričkog statusa učenika.		



	<ul style="list-style-type: none">- Usvojiti znanja o kriterijima ocjenjivanja u svrhu objektivne procjene poznavanja sadržaja iz sportske gimnastike u osnovnim i srednjim školama.- Usvojiti znanja o primjeni sadržaja iz sportske gimnastike u trenažnom procesu drugih sportova.- Usvojiti znanja o načinima dijagnosticiranja i analizi stanja usvojenosti gimnastičkih sadržaja.- Usvojiti znanja o osnovama sportske gimnastike kao natjecateljskog sporta, trenažnom procesu, organizaciji i vrstama gimnastičkih natjecanja te o načinu suđenja na njima.
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<p>Na razini programa studenti će se osposobiti za:</p> <ul style="list-style-type: none">- kompetentniju realizaciju odgojno obrazovnih ciljeva u školstvu,- kvalitetnije provođenje školskog programa nastave tjelesne i zdravstvene kulture.
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<p>Na razini predmeta studenti će se osposobiti za:</p> <ul style="list-style-type: none">- planiranje i realizaciju gimnastičkih sadržaja u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnoj i srednjoj školi;- provedbu objektivne procjene (ocjenjivanja) poznavanja sadržaja iz sportske gimnastike u osnovnim i srednjim školama, kao i o različitim načinima dijagnosticiranja stanja usvojenosti gimnastičkih sadržaja;- pripremu učenika za školska gimnastička natjecanja;- organizaciju školskih gimnastičkih natjecanja;- planiranje i realizaciju gimnastičkih programa u dječjim vrtićima i školskim sportskim društvima;- primjenu sadržaja sportske gimnastike u trenažnom procesu drugih sportova;- primjenu sadržaja sportske gimnastike u različitim programima vježbanja za osobe starije životne dobi;- primjenu sadržaja sportske gimnastike u različitim programima osposobljavanja za specifična zanimanja (vojska, policija, zrakoplovstvo, vatrogasci, interventne jedinice, scenska umjetnost i sl.).
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Teorijska predavanja</p> <ol style="list-style-type: none">1. Povijesno-razvojna analiza sportske gimnastike: razvoj gimnastičkih sprava. Evolucija tehnike na pojedinim disciplinama gimnastičkog višeboja. Razvoj sustava natjecanja. Sportska gimnastika u Hrvatskoj. Najznačajniji rezultati hrvatskih gimnastičarki i gimnastičara. (2P)2. Strukturalna analiza gimnastičkih elemenata u muškoj sportskoj gimnastici: identifikacija tipičnih kretnih struktura i njihovih pojedinih faza: stavovi i izdržaji, koluti, kovrtljaji, njihovi, upori, naupori, velekovrtljaji, iskreti, izvlačenja, stojevi, premasi, premeti, prekopiti, leteći elementi, preskoci, naskoci i saskoci. (2P)3. Biomehantički aspekti gibanja u sportskoj gimnastici: osnovni pojmovi i principi biomehantičke analize u sportskoj gimnastici. Biomehanika odraza, biomehanika elemenata s fazom leta. Metodologija biomehantičkih istraživanja u sportskoj gimnastici – upotreba sustava za kinematičke analize, obrada i interpretacija kinematičkih podataka. Primjeri biomehantičkih istraživanja u sportskoj gimnastici. (2P)4. Funkcionalna analiza sportske gimnastike: karakteristike vježbanja na pojedinim muškim gimnastičkim disciplinama (tlo, konj s hvataljkama, karike, preskok, ruče, preča). Sistematizacija elemenata tehnike. (2P)5. Metodičko oblikovanje nastavnog procesa – sredstva, metode, opterećenja, nastavna pomagala, organizacijski oblici, metodičke forme i distribucija sadržaja elemenata iz muškog dijela sadržaja programa nastave TZK u školama (2P)



	<p>6. Antropološka analiza: utjecaj antropoloških čimbenika na usvajanje građe iz sportske gimnastike. Transformacije antropoloških karakteristika pod utjecajem primjene sadržaja sportske gimnastike. Selekcija u sportskoj gimnastici. (2P)</p> <p>7. Kontrola efekata vježbanja. Dijagnostika stanja usvojenosti gimnastičkih sadržaja. (1P)</p> <p>8. Oblici natjecanja. Natjecateljski programi. Suđenje na gimnastičkim natjecanjima. Modificirani oblici natjecanja i suđenja prilagođeni za školske gimnastičke programe. (2P)</p> <p>Teorijsko praktična predavanja i vježbe (svaka tema se obrađuje 2TPP+2V)</p> <p><i>Tehnika izvođenja, metodika obuke, greške u izvedbi, čuvanje i pomaganje, povezanost s ostalim gimnastičkim kretnim strukturama</i></p> <p>1. Osnovna i specifična priprema za mušku sportsku gimnastiku. Specifičnosti vježbanja na pojedinim gimnastičkim spravama muškog gimnastičkog višeboja. Specifični položaji na spravama u muškoj sportskoj gimnastici: vis prednji, vis uznijeto, vis stražnji, upor prednji, upor stražnji, upor jašući. Njih u visu prednjem na preči. Njih u uporu i potporu na ručama. Njih u uporu na konju s hvataljkama.</p> <p>2. Odožni premasi iz upora prednjeg na konju s hvataljkama. Njih na karikama. Odbočka na preskoku. Saskok zanožno i saskok prednožno na ručama. Uzmah prednji na preči.</p> <p>3. Odožni premasi iz upora stražnjeg na konju s hvataljkama. Njih u visu prednjem na karikama. Zanoška na preskoku. Upor prednjihom na ručama. Saskoci zgrčka i odbočka na preči.</p> <p>4. Leteći kolut na parteru. Odožni premasi spojeno na konju s hvataljkama. Naupor vučenjem na karikama. Saskoci zanožno i prednožno s okretom na ručama; Kovrtljaj jašući naprijed na preči.</p> <p>5. Premet naprijed na parteru (MSG). Saskoci odožno i odbočno na konju s hvataljkama. Naupor prednjihom na karikama.</p> <p>6. Premasi odbočno naprijed i natrag na konju s hvataljkama. Prednoška odrazom s jedne noge na preskoku. Upor zanjihom podmetnim njihom na ručama. Kovrtljaj jašući natrag na preči.</p> <p>7. Premet natrag na parteru. Saskoci zanožno i prednožno na konju s hvataljkama. Prekopit natrag raznožno na karikama. Naupor usklono na preči.</p> <p>8. Sklopka s lopatica na preskoku. Ramenski stoj i kolut naprijed pruženo na ručama. Naupor jašući na preči.</p> <p>9. Vage zanoženjem, odoženjem i pretklonom i odoženjem. Kolo odožno na konju s hvataljkama. Naupor usklono na karikama. Pojačavanje ljuljanja zgibom i podmetom.</p> <p>10. Premet naprijed na preskoku. Upor sklopkom na ručama. Kovrtljaj naprijed iz upora prednjeg na preči. Saskok podmetom na preči.</p> <p>11. Salto naprijed. Kolo prednožno na konju s hvataljkama. Iskret naprijed na karikama. Naupor usklono naskokom u njih u visu sklonjenom na ručama.</p> <p>12. Raznoška i zgrčka uzduž na preskoku. Naupor usklono naskokom u njih u visu uznijetom na ručama. Naupor zanjihom i uzmah stražnji na preči.</p> <p>13. Salto natrag. Škare na konju s hvataljkama. Kovrtljaj naprijed iz prednosa na karikama. Naupor podmetom do potpora na ručama.</p> <p>14. Naupor zanjihom podmetnim njihom i iskret natrag u saskok na karikama. Kovrtljaj natrag iz njoha u potporu na ručama. Kovrtljaji naprijed i natrag iz upora stražnjeg na preči.</p> <p>15. Sastavi slobodnih vježbi na parteru, konju s hvataljkama, karikama, preskoku, ručama i preči.</p>					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivno sudjelovanje na TP predavanjima i vježbama. Individualna i grupna priprema prezentacije novih vještina savladanih tijekom slušanja predmeta					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	20%	1	kolokvij	30%	1.5
	praktični ispit	10%	0.5	usmeni ispit	40%	2
				ukupno	5.0 ECTS	
Obvezna literatura	1. Hraski, Ž. (2016). <i>Elementi na tlu</i> . Preuzeto s mreže 16.10.2020.: https://www.kif.unizg.hr/predmet/spogim2 .					



	<p>2. Hraski, Ž. (2020). <i>Sportska gimnastika II</i>. Multimedijski sustavi (Moodle). Sveučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet, Zagreb</p>
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Mitchell, D., Davis, B., & Lopez, R. (2002). <i>Teaching Fundamental Gymnastic Skills</i>. Human Kinetics.2. Hraski Ž., Krističević, T., & Basić, R. (2003). <i>Osnove treninga snage u sportskoj gimnastici</i>. u: Milanović D., Jukić I. (ur.) Zbornik radova, <i>Međunarodni znanstveno stručni skup „Kondicijska priprema sportaša“</i>, 12. zagrebački sajam sporta i nautike. Zagreb, 21. – 22. veljače, 529-532.3. Hraski, Z., & Mejovsek, M. (2004). <i>Production of Angular Momentum for Backward Somersault</i>. In M. M. Hamza (Ed.), <i>Biomechanics, Proceedings of the symposium BioMech</i>, 23-25, August 2004, Honolulu, Hawaii, USA, (pp. 10-13). Calgary: ACTA Press.4. <i>Ministarstvo znanosti obrazovanja i sporta (2006). Plan i program za osnovnu školu, Tjelesna i zdravstvena kultura, str. 321-335. Preuzeto 16.10.2020. s https://www.azoo.hr/images/AZOO/Ravnatelj/RM/Nastavni_plan_i_program_za_osnovnu_skolu_-_MZOS_2006_.pdf</i>5. Čuk, I., Bolković, T., Jakše, B., Bučar Pajek, M., & Bricelj, A. (2014). <i>Športna gimnastika z ritmično izraznostjo</i>. Ljubljana: Fakulteta za šport, Univerza v Ljubljani.6. Sands, W. A. (2011). <i>Biomechanics for gymnastics</i>. In M. Jemni (Ed.), <i>The Science of Gymnastics</i>, Routledge, (pp.55-104). London: Francis and Taylor Grp.7. FIG (2017) <i>Pravilnik o ocjenjivanju u muškoj sportskoj gimnastici (Code of Points)</i>. Preuzeto 16.10.2020. s http://www.fig-gymnastics.com/publicdir/rules/files/mag/CoP_MAG_2017-2020_ICI-e.pdf
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



RASPORED ISPITNIH ROKOVA za 2. godinu u ak. god. 2020./2021.

OBVEZNI PREDMETI	Šifra	studeni		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
		datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
ELEMENTI PSIHOLOGIJE	120935	11.	18.00	2.	18.00	20.	16.30	3. 17.	11.00	10.	16.30	14.	16.30	12.	16.30	9. 23.	11.00			25.08.	12.00
FIZIOLOGIJA SPORTA I VJEŽBANJA	64279	11.	16.30					2. 16.	11.00	24.	16.30	14.	16.30	19.	16.30	8. 23.	11.00			2. 14.	11.00
JUDO	120945	17.	16.30	18.	16.30	12.	16.30	4. 18.	9.00	2.	16.30	6.	16.30	11.	16.30	7. 25.	9.30.			2. 13.	9.30.
KOŠARKA	31099			2.	16.30			3. 17.	9.00	3.	16.30	7.	16.30	5.	16.30	11. 25.	10.00			24.08.	10.00
SPORTSKA GIMNASTIKA 1	120949					21.	16.30	4. 18.	9.00			20.	16.30	6.	16.30	16.	9.00	6.	9.00	6. 15.	9.00
SPORTSKA GIMNASTIKA Ž	31398					21.	16.30	4. 18.	9.00			20.	16.30	6.	16.30	16.	9.00	6.	9.00	6. 15.	9.00
KINEZIOLŠKA PSIHOLOGIJA	31087	11.	18.00	2.	18.00	20.	16.30	17.	11.00	10.	16.30	14.	16.30	12.	16.30	9. 23.	11.00			25.08.	12.00
BIOLOŠKA KINANTROPOLOGIJA	120959	9.	16.30	7.	16.30			03. 17.	9.00			19.	16.30			16.	9.00	1.	9.00	6. 14.	9.00
HRVANJE	120962	17.	16.30	10.	16.30	19.	16.30	2.	9.00	2.	16.30					14.	9.00	1.	9.00	26.8. 9.	9.00
HRVANJE-stari program	31104	17.	16.30	10.	16.30	19.	16.30	2.	9.00	2.	16.30					14.	9.00	1.	9.00	26.8. 9.	9.00
MOTORIČKA KONTROLA	120963	13.	16.30			29.	16.30	12.	9.00	5.	16.30					11. 25.	9.00			3. 15.	9.00
NOGOMET	121003	19.	16.30	10.	16.30	14.	16.30	4. 18.	9.00			8.	16.30	6.	16.30	10. 14.	9.00			1. 14.	9.00
PSIHOLOGIJA SPORTA I TJELESNOG VJEŽBANJA	120979	11.	18.00	2.	18.00	20.	16.30	17.	11.00	10.	16.30	14.	16.30	12.	16.30	9. 23.	11.00			25.08.	12.00
SPORTSKA GIMNASTIKA 2	120982			3.	16.30	14.	16.30	2. 16.	9.00					25.	16.30	8.	9.00	5.	9.00	1. 14.	9.00
SPORTSKA GIMNASTIKA M	31095			3.	16.30	14.	16.30	2. 16.	9.00					25.	16.30	8.	9.00	5.	9.00	1. 14.	9.00



IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 3. GODINE STUDIJA KINEZILOGIJE

KOORDINATOR 3. GODINE

izv. prof. dr. sc. NIKOLA PRLENDA	
kancelarija	140/2
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom
e-mail	nikola.prlenda@kif.unizg.hr
telefon	+38513658703

V. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
125109	Kineziološka rekreacija	prof. dr. sc. Mirna Andrijašević	45		30	6.5
162565	Metodika poučavanja plivanja	doc. dr. sc. Dajana Karaula	9	18	18	3.5
123599	Ples	izv. prof. dr. dr. sc. Jadranka Vlašić	15	30	30	6.0
31096	Skijanje	izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski	15	30	30	6.0
123601	Teorija treninga	prof. dr. sc. Igor Jukić	45	14	16	6.5
UKUPNO			129	92	124	28.5

IZBORNI PREDMETI V. SEMESTRA

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
123644	Akrobatika	izv. prof. dr. sc. Željko Hraski	6	12	12	2.0
31117	Biomehanička analiza	izv. prof. dr. sc. Mario Kasović	15	15		2.0
123649	Djeca u sportu	prof. dr. sc. Renata Barić	18	2	10	2.0
31127	Kultura javnog govorenja	doc. dr. sc. Diana Tomić	15	15		2.0
162564	Motorički razvoj čovjeka	doc. dr. sc. Sanja Šalaj	14	2	14	2.0
123654	Pilates	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	6	12	12	2.0
studenti u ovom semestru upisuju 1 izborni predmet			2 ECTS			



KINEZILOŠKA REKREACIJA (125109)

nositeljica predmeta		prof. dr. sc. Mirna Andrijašević	
kancelarija		120	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		mirna.andrijasevic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658720	
nastavnica		doc. dr. sc. Drena Trkulja - Petković	
kancelarija		119	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu ponedjeljkom u 10 sati	
e-mail		drena.trkulja-petkovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658719	
nastavnik		doc. dr. sc. Danijel Jurakić	
kancelarija		117	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		danijel.juracic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658656	
vanjski suradnici		dr. sc. Ivan Vrbik	
e-mail		ivan.vrbik@gmail.com	
vanjska suradnica		Gordana Kević, prof.	
e-mail		gordana.kevic@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	V. – zimski	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (V) kontaktnom nastavom – trim kabinet		
način izvođenja nastave	75 sati = 45P + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	180 – 190
ciljevi predmeta	Cilj je ovog predmeta osposobljavanje studenata u različitim društvenim i gospodarskim područjima i uvjetima za sustavno postavljanje temeljnih kriterija primjene različitih vrsta programa kineziološke rekreacije. Jedan od ciljeva je i osposobljavanje za organizaciju i upravljanje rada na različitim razinama za različite potrebe i ciljeve. Studenti stječu znanja o slijedu postupaka i svim sastavnicama i načelima bitnim za primjenu i realizaciju pojedinih programa kineziološke rekreacije. Osim temeljnih znanja, studenti stječu specifične kompetencije koje se odnose na kreaciju i realizaciju transformacijskih i drugih općih i specifičnih programa kineziološke rekreacije.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Organizacija stručnog rada u sportskoj rekreaciji u različitim uvjetima i za različite potrebe sa svrhom i ciljem edukacije te zaštite i unapređenja zdravlja. Rad u timu sa stručnjacima iz drugih područja.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - integrirati temeljna znanja iz kineziologije i praktično ih primijeniti; - primijeniti metode koncepta upravljanje ponude za različite potrebe (turizam, slobodno vrijeme); - analizirati i prepoznati kriterije za implementaciju programa u praksi;		



	<ul style="list-style-type: none"> - pratiti dinamiku promjena u struci i prilagođavati se tržištu; - raditi u timu u postupku oblikovanja planova i programa; - prezentirati različite projekte vezane za kineziološku rekreaciju; - koristiti suvremenu tehnologiju u praksi. 					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja i vježbe</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Opći pojmovi i podjela kineziološke rekreacije prema područjima, interdisciplinarnost i pozicioniranje kineziološke rekreacije u odnosu na kineziologiju i ostala znanstvena područja (2P) 2. Definicije i podjela rekreacije, sportske rekreacije, kineziološke rekreacije (2P) 3. Načela kineziološke rekreacije (2P+2V) 4. Ciljevi i funkcije kineziološke rekreacije (2P+2V) 5. Programi i sadržaji kineziološke rekreacije i njihova podjela prema vrsti i namjeni (2P+1V) 6. Kineziološka rekreacija u funkciji unapređenja radnih i profesionalnih sposobnosti (2P+1V) 7. Obilježja rada, umora, odmora i oporavka (modeli tjelesnog vježbanja za potrebe djelatnika) (2P+2V) 8. Sistematizacija kineziološke rekreacije u slobodnom vremenu, prema strukturi sudionika, mjestu, vremenu, načinu provedbe i ciljevima (2P+2V) 9. Planiranje i programiranje kineziološke rekreacije prema ciljevima (2P+2V) 10. Promjena antropoloških obilježja uslijed starenja i prilagodba odgovarajućih kinezioloških tretmana (2P+1V) 11. Preventivni programi sportske rekreacije (2P+2V) 12. Sportska rekreacija u turizmu (stanje u RH i svijetu, uloga i funkcije sportske rekreacije, modeli primjene) (2P+1V) 13. Zdravstveno preventivni programi sportske rekreacije u turizmu (medicinski programirani aktivni odmori) (2P+1V) 14. Suvremeni – aktualni selektivni programi u turizmu (lječilišni, klimatski, wellness, spa, team building, outdoors i dr.) (2P+1V) 15. Društveno-ekonomska uvjetovanost kineziološke rekreacije; menadžment i upravljačke strukture te mogućnosti razvoja kineziološke rekreacije u RH (2P+1V) 16. Negativni učinci modernog stila života (morbogeni činitelji) (2P+1V) 17. Hipokinezija (definicija, evolucijski osvrt, analiza sadašnjeg stanja, moguće solucije rješenja problema) (2P+2V) 18. Stres (pojmovno određenje, najčešći stresori, stres i tjelesna aktivnost, prevencija, stres menadžment) (2P+1V) 19. Prekomjerna tjelesna težina (uzroci, posljedice, značaj i mogućnosti tjelesne aktivnosti/sportske rekreacije u prevenciji, ublažavanju i/ili otklanjanju poteškoća) (2P+2V) 20. Tranzitivni oblici aktivnosti u sportskoj rekreaciji (definicija, struktura, značajke) (2P+1V) 21. Uloga i značaj sportsko rekreacijskih programa u prirodi (2P+2V) 22. Komplementarni programi sportske rekreacije (3P+2V) 					
Obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	8%	0.5	kolokvij	23%	1.5
	pismeni ispit	23%	1.5	seminarski rad	8%	0.5
	usmeni ispit	38%	2.5	ukupno	6.5 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Andrijašević, M. (2010). Kineziološka rekreacija. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Bartoluci, M. i sur. (2004). Menadžment u sportu i turizmu. Zagreb: Kineziološki fakultet, Ekonomski fakultet. 					



Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Andrijašević, M. (2000). <i>Rekreacijom do zdravlja i ljepote</i>. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.2. Andrijašević, M., Jurakić, D (ur) (2011). <i>Sportska rekreacija u funkciji unapređenja zdravlja</i>. Zagreb: Kineziološki fakultet.3. Andrijašević, M. (ur.) (2009). <i>Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i rekreacije</i>. Zagreb: Kineziološki fakultet.4. Corbin, B. C., Lindsey, R., Welk, I. G., Corbin, R. W. (2002). <i>Concepts of fitness and wellness</i>. New York, USA: Mc Graw Hill Companies.5. Andrijašević, M., Bartoluci, M., Cetinski, V., Čepelak, R., Fox, J., Ivanišević, G., Jadrešić, V., Keros, P., Peršić, M., Ravkin, R. (1999). <i>Animacija u hotelijersko-turističkoj ponudi</i>. Opatija: Hrvatska udruga hotelijera i restoratera, Vološćansko grafičko poduzeće.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



METODIKA POUČAVANJA PLIVANJA (162565)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Dajana Karaula	
kancelarija		39	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		dajana.karaula@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658639	
nastavnica		doc. dr. sc. Klara Šiljeg	
kancelarija		168	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		klara.siljeg@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658768	
nastavnik		prof. dr. sc. Goran Leko	
kancelarija		177	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		goran.leko@kif.hr	
telefon		+38513658777	
vanjski suradnik		Bartol Vukelić, mag. cin.	
e-mail		bartol.vukelic@kif.unizg.hr	
vanjska suradnica		Mihaela Kiš, mag.cin	
e-mail		miskis.kif@gmail.com	
vanjska suradnica		Iva Belčić, mag.cin.	
e-mail		iva.belcic@gmail.com	
vanjska suradnica		Ivana Šamija, mag.cin.	
e-mail		ivanasamija89@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	V. – zimski	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Znanje plivanja provjereno na razredbenom postupku.	Bodovna vrijednost	3.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (TPP i V) nastavom na bazenu Mladost		
način izvođenja nastave	45 sati = 9P + 18S + 18V + terenska nastava + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	200 – 205
ciljevi predmeta	Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja o metodama poučavanja neplivača, metodama poučavanja osnovnih plivačkih tehnika, osnovnim postupcima pri spašavanju unesrećene osobe u vodi te njihovu primjenu u edukaciji, rekreaciji i sportu.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti i studentice će steći potrebna teorijska i praktična znanja za provođenje nastavnih tema poduke neplivača i usavršavanja znanja plivanja djece školskog uzrasta predviđenih planom i programom TZK u osnovnim školama. Također će biti sposobni samostalno organizirati tečajeve poduke neplivača u okviru škole u prirodi, sportskim udrugama, plivačkim klubovima, fakultetima i u rekreaciji.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti hidromehaničke i hidrodinamičke osnove plivanja; - razumjeti metodičke principe podučavanja plivanja neplivača; - primijeniti metodičke postupke kod usavršavanja znanja plivanja; - primijeniti metodičke postupke kod poduke neplivača; -		



	samostalno provoditi poduku neplivača; - razumjeti osnovne principe i postupke spašavanja unesrećenih u vodi; - pravovremeno reagirati pri nezgodama plivača i kupača u vodi.					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja <ul style="list-style-type: none">- Hidromehaničke i hidrodinamičke osnove plivanja (1P)- Specifičnosti poduke neplivača (2P)- Plan i program poduke neplivača (2P)- Metodski postupak učenja osnovnih plivačkih tehnika (2P)- Pomoć unesrećenoj osobi u vodi (2P) Teorijsko praktična predavanja i vježbe na bazenu <ul style="list-style-type: none">- Poduka neplivača – navikavanje na vodu (metodski postupak učenja osjećaj otpora vode, uranjanje glave u vodu, gledanje pod vodom)(1TPP)- Poduka neplivača – navikavanje na vodu (metodski postupak učenja disanja, plutanja, klizanja) (1TPP)- Igre u vodi (1TPP)- Metodski postupak učenja skoka na noge (1TPP)- Metodski postupak učenja skoka na glavu (1TPP)- Metodski postupak učenja kraul tehnike (noge, ruke, koordinacija) (3TPP)- Metodski postupak učenja leđne tehnike (noge, ruke, koordinacija) (3TPP)- Metodski postupak učenja prsne tehnike (noge, ruke, koordinacija) (3TPP)- Postupci spašavanja unesrećene osobe u vodi (2TPP)- Poučavanje tehnika spašavanja (spasilački skok, spasilačke tehnike plivanja, pomoć iznemoglom plivaču, spasilačka akcija, oslobađanje od zahvata) (3V)- Ogledni sat poduke neplivača mališana (Fredova metoda) (1TPP)- Ogledni sat poduke neplivača za djecu s posebnim potrebama (1TPP)- Poučavanje neplivača (provjeravanje početnog znanja plivanja, navikavanje na vodu, vježbe disanja, plutanja, klizanja, skokovi na noge, skokovi na glavu, metodski postupak učenja plivanja kraul tehnike, metodski postupak učenja plivanja leđne tehnike, metodski postupak učenja plivanja prsne tehnike, vježbe ronjenja, vježbe sigurnosti i snalažljivosti, završno provjeravanje naučenog znanja plivanja) (terenska nastava) (15V)					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivan rad na nastavi, aktivan rad na terenskoj nastavi.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	14%	0.5	terenska nastava	14%	0.5
	pismeni ispit	36%	1.25	praktični ispit	36%	1.35
	ukupno				3.5 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Goran Leko (2008). Zakonitosti ponašanja tijela u vodi. Slobodni način plivanja – kraul. Zagreb: Promo fit d.o.o. Poglavlje 3 (str. 19-32).2. Grčić-Zubčević, N. i D. Zoretić (2015). Poduka neplivača – recenzirani nastavni materijal.3. Grčić-Zubčević i Marinović (2009). 300 igara u vodi za djecu predškolske dobi. Zagreb: izdanje autora.4. Grčić-Zubčević, N., D. Karaula (2017). Metodika učenja kraul, leđnog i prsnog načina plivanja u poduci neplivača. Nastavni materijal. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.5. Grčić-Zubčević, N. i D. Zoretić (2015). Spašavanje unesrećenih iz vode – recenzirani nastavni materijal.6. Predavanja					
Dopunska literatura						
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



PLES (123599)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	
kancelarija		169	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658769	
vanjska suradnica		Ana Lojen, mag. cin.	
e-mail		ana_lojen@yahoo.com	
vanjska suradnica		Tamara Despot, pred.	
e-mail		tamdespot@gmail.com	
vanjski suradnik		Alen Plevnik, mag. cin.	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
vanjski suradnik		Nikola Oto, mag. cin.	
e-mail		nikola.oto@gmail.com	
korepetitor		Marko Robinić	
e-mail		marko.robinic@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	V. – zimski	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	Bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (TPP i V) hibridnom kontakt nastavom od 120 minuta – dvorani za ritmičku gimnastiku i ples		
način izvođenja nastave	75 sati = 15P + 30S + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	205 – 210
ciljevi predmeta	Upoznati studente s pojavnim oblicima plesa, njegovim razvojem i aplikacijskim vrijednostima u području edukacije, rekreacije, kineziterapije i sporta. Ovladati teoretskim i motoričkim znanjima elemenata i koreografskih cjelina folklornog i društvenog plesa.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Poznavanje razvoja i pojava oblika plesa, podjele folklornog plesa prema etnokoreološkim odrednicama te metodičkih postupaka poduke, učenja i uvježbavanja pojedinih folklornih plesova uključujući strukturalnu i biomehaničku analizu. Podjela društvenih plesova, metodički postupci poduke, učenja i uvježbavanja pojedinih društvenih plesova uključujući strukturalnu i biomehaničku analizu. Znanja i vještine potrebne u realizaciji programskih sadržaja plesa u rekreaciji, kineziterapiji i sportu.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- razumjeti ulogu plesnih struktura u edukaciji, rekreaciji, kineziterapiji i sportu;- primijeniti teoretska i motorička znanja u poduci pojedinih plesova;- izraditi vlastiti odabir pojedinih plesova koji pripadaju području života osoba koje podučavaju;- analizirati i prepoznati pogreške i nedostatke pri izvođenju pojedinih plesova.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska, teorijsko-praktična predavanja i vježbe <ol style="list-style-type: none">1. Interakcijski odnosi plesnog izražavanja i sredstava glazbenog izraza (ritam, tempo, zvuk, dinamika) (1P)2. Razvoj plesa i njegovi pojavni oblici (2P)3. Aplikacijske vrijednosti i prednosti plesa (edukacija, rekreacija, kineziterapija i sportsko stvaralaštvo) (2P)		



	<ol style="list-style-type: none">4. Sistematizacija plesnih struktura (folklorni, društveni, suvremeni i sportski ples) (2P)5. Etnokoreološke odrednice plesnih izraza (4P)6. Strukturalna i biomehanička analiza bazičnih gibanja pojedinih plesnih izraza (2P)7. Relevantnost motoričkih, morfoloških, funkcionalnih, kognitivnih, konativnih dimenzija čovjeka u procesu obuke i realizacije plesnih struktura (2P)8. Interakcijski odnosi plesnog izražavanja i sredstava glazbenog izraza (mjera, ritam, tempo) (2TPP+2V)9. Panonsko plesno podneblje – obilježja i plesne karakteristike: plesovi Oj Ivane, Kalendari, Haj'd na livo (2TPP+2V)10. Panonsko plesno podneblje – plesovi Slavansko kolo, Ćire, Presjekača, Šokačko kolo (2TPP+2V)11. Panonsko plesno podneblje – plesovi Jabučice, Dučec, Staro sito (2TPP+2V)12. Panonsko plesno podneblje – plesovi Bunjevačko momačko kolo, Ranče, Sitne bole (2TPP+2V)13. Dinarsko plesno podneblje – obilježja i plesne karakteristike: plesovi Ličko i Vrličko kolo (2TPP+2V)14. Alpsko plesno podneblje – obilježja i plesne karakteristike: plesovi Jelica kolce vodila, Grizlica, Šrotež, Lepe naše senokoše (2TPP+2V)15. Alpsko plesno podneblje – obilježja i plesne karakteristike; plesovi Došla sam vam japa dimo, Igrajte nam japa, Žena išla na gosti , Prigorski drmeš (2TPP+2V)16. Jadransko plesno podneblje – obilježja i plesne karakteristike: plesovi Ciciljona, Pritilica, Sotiš (2TPP+2V)17. Jadransko plesno podneblje – obilježja i plesne karakteristike: plesovi Korčulanska manfrina, Poskočica, Potkolo (2TPP+2V)18. Podjela društvenih plesova, obilježja standardnih plesova: Engleski i Bečki valcer (2TPP+2V)19. Obilježja latino-američkih plesova: Rumba i Samba (2TPP+2V)20. Plesovi Slowfox, Foxtrot, Disco fox (2TPP+2V)21. Plesovi Cha-cha, Tango (2TPP+2V)22. Plesovi Blues, Jive (2TPP+2V)					
Obveze studenata	Nazočnost i aktivno sudjelovanje u svim nastavnim segmentima.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	17%	1	kolokvij	17%	1
	praktični dio ispita	33%	2	usmeni ispit	33%	2
				ukupno	6.0 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Vlašić, J. (2019). <i>Ples: recenzirani nastavni materijal</i>. Zagreb: Kineziološki fakultet. dostupno na https://moodle.srce.hr/2020-2021/course/view.php?id=718422. Ivančan, I. (1971). <i>Folklor I scena</i>. Prosvjetni sabor Hrvatske, Zagreb3. Ivančan, I. (1996). <i>Narodni plesni običaji u Hrvata</i>. Hrvatska matica iseljenika, Institut za etnologiju i folkloristiku, Zagreb4. Bijelić, S. (2006). <i>Plesovi</i>. Banja Luka: Atlantik BB.5. Wainwright, L. (2007). <i>Zaplešimo</i>. Zagreb: Kigen.					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Ivančan, I. (1964). <i>Narodni plesovi Hrvatske I</i>, Savez muzičkih društava Hrvatske, Zagreb2. Ivančan, I. (1963). <i>Narodni plesovi Hrvatske II</i>, Savez muzičkih društava Hrvatske, Zagreb3. Hrvatski sportski plesni savez. Dostupno na https://hsps.hr/savez/ (25.5.2018.)4. Maletić, A. (2002). <i>Povijest plesa starih civilizacija I</i>. Zagreb: Matica Hrvatska.5. Maletić, A. (2003). <i>Povijest plesa starih civilizacija II</i>. Zagreb: Matica Hrvatska.					



	<ol style="list-style-type: none">6. World Dance Sport Federation (2017). WDSF competition rules. Dostupno na https://www.worlddancesport.org/Rule/Official/Competition7. Zagorc, M. I Šifrar-Jarc, T. (2003). Model športnikove priprave v plesu. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



SKIJANJE (31096)

nositelj predmeta	izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski		
kancelarija	102		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	vjekoslav.cigrovski@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658702		
nastavnik	prof. dr. sc. Bojan Matković		
kancelarija	153		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	bojan.matkovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658753		
vanjski suradnik	Ivan Bon, mag. cin.		
e-mail	ivan.bon@kif.unizg.hr		
vanjski suradnik	mr. sc. Igor Božić		
e-mail	skitimimv@hotmail.com		
vanjski suradnik	dr. sc. Ivica Franjko		
e-mail	ski@skifrankie.hr		
vanjski suradnik	Krunoslav Jerčić, mag. cin.		
e-mail	ihthis@hotmail.com		
vanjski suradnik	Domagoj Galkowski, mag. cin.		
e-mail	dujmic062@gmail.com		
vanjski suradnik	Krunoslav Kević, prof.		
e-mail	kruno.kevic@hotmail.com		
vanjska suradnica	Ivana Martinčević, pred.		
e-mail	ivanamartincevic@yahoo.com		
vanjska suradnica	Ksenija Pavlović, prof.		
e-mail	pavlovic_ksenija@yahoo.com		
vanjski suradnik	dr. sc. Ivan Radman		
e-mail	i.radmam@gmail.com		
vanjski suradnik	dr. sc. Krešimir Šamija		
e-mail	kresimir.samija@sdu.hr		
vanjski suradnik	Mislav Škovran, mag. cin.		
e-mail	mislav.skovran1@gmail.com		
vanjska suradnica	Andrea Tvorek Prienda, prof.		
e-mail	atvorek@gmail.com		
vanjska suradnica	Ana Žigman, prof.		
e-mail	ana.zigman@net.amis.hr		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	V. – zimski	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	Bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (TPP) i (V) terenska nastava u Sappadi, Italija		



način izvođenja nastave	75 sati = 15P + 30S + 30V + terenska nastava + multimedija i mreža	očekivani broj studenata na predmetu	190 – 200
ciljevi predmeta	Tijekom nastave iz predmeta Skijanje studenti dobivaju osnovne teorijske, teorijsko-praktične te praktične informacije o skijanju kao kineziološkoj aktivnosti. Nastava se provodi u prostorima Kineziološkog fakulteta te u obliku terenske nastave u adekvatnom skijaškom centru. Dva su osnovna zadatka, cilja ovoga predmeta i oni kao takvi produkt su izrazite specifičnosti ovog kolegija: upoznavanje i usvajanje elemenata skijaških tehnika od strane studenata na razini motoričke manifestacije, demonstracije, te upoznavanje i usvajanje svih onih znanja – metodičkih sadržaja poduke skijaških znanja, poznavanje načina ponašanja u tzv. skijaškim uvjetima, koji će studentu omogućiti da uspješno odgovori pozivu profesora Kineziologije.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći znanja iz osnovnih elemenata tehnike alpskoga skijanja, metodičkih postupaka u procesu usvajanja tih elemenata te će stečena znanja moći prenositi drugima ili ih primijeniti u situacijskim uvjetima, na skijaškom terenu. Studenti će nakon uspješno položenog ispita biti osposobljeni za poučavanje elemenata skijaških tehnika kao i za organizaciju i provedbu zimovanja u sklopu izvannastavnih aktivnosti učenika i studenata u školama i na fakultetima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: <ul style="list-style-type: none">- naučiti učenike i/ili studente osnovama alpskoga skijanja;- prepoznati i razlikovati elemente skijaških tehnika;- primijeniti metode poučavanja alpskoga skijanja;- analizirati i prepoznati kriterije za evaluaciju usvojenosti tehnike alpskoga skijanja;- izraditi osnove plana i programa zimovanja za učenike i/ili studente;- organizirati zimovanje za učenike i/ili studente;- animirati učenike i/ili studente za skijanje kao: oblik rekreacijske tjelesne aktivnosti, školski sport, natjecateljski sport;- analizirati i prepoznati kriterije za evaluaciju uspješnosti provedbe programa zimovanja.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja <ol style="list-style-type: none">1. Povijesni razvoj skijanja (skijaška literatura) (2P)2. Skijaška oprema (2P)3. Skijaške tehnike (plužna, paralelna, carving, prijestupna) (2P)4. Bazična skijaška gibanja i analiza zavoja (2P)5. Metodički postupci učenja alpskoga skijanja (2P)6. Skijanje kao natjecateljski sport – alpsko i nordijsko skijanje (pravila i organizacija natjecanja) (2P)7. Opasnosti u planini (1P)8. Skijanje kao sadržaj organiziranih zimovanja (1P)9. Skijanje kao školski sport (1P) Teorijsko praktična predavanja (svaka tema se obrađuje po 2 nastavna sata osim tema br. 1 i 2 koje se obrađuju 3 nastavna sata) <ol style="list-style-type: none">1. Kineziološka analiza klizačkog koraka2. Kineziološka analiza spusta ravno3. Kineziološka analiza pluzenja ravno4. Kineziološka analiza spusta koso5. Kineziološka analiza zavoja k brijegu6. Kineziološka analiza plužnog zavoja7. Kineziološka analiza plužnog luka8. Kineziološka analiza osnovnog zavoja9. Kineziološka analiza paralelnog zavoja od brijega		



	<p>10. Kineziološka analiza osnovnog vijuganja 11. Kineziološka analiza brzog vijuganja 12. Kineziološka analiza terenskog skoka 13. Kineziološka analiza elemenata prijestupne skijaške tehnike 14. Kineziološka analiza elemenata carving skijaške tehnike</p> <p>Vježbe</p> <p>1. Metodički postupci učenja klizačkog koraka (2V) 2. Metodički postupci učenja spusta ravno (2V) 3. Metodički postupci učenja pluzenja ravno (2V) 4. Metodički postupci učenja spusta koso (2V) 5. Metodički postupci učenja zavoja k brijegu (2V) 6. Metodički postupci učenja pluznog zavoja (2V) 7. Metodički postupci učenja pluznog luka (2V) 8. Metodički postupci učenja osnovnog zavoja (2V) 9. Metodički postupci učenja paralelnog zavoj od brijega (2V) 10. Metodički postupci učenja osnovnog vijuganja (2V) 11. Metodički postupci učenja brzog vijuganja (2V) 12. Metodički postupci učenja terenskog skoka (2V) 13. Metodički postupci učenja elemenata prijestupne skijaške tehnike (2V) 14. Metodički postupci učenja elemenata carving skijaške tehnike (4V)</p>					
Obveze studenata	Pohađanje svih vrsta nastave					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	33.3%	2	kolokvij	33.3%	2
	pismeni ispit	16.7%	1	usmeni ispit	16.7%	1
				ukupno	6.0 ECTS	
Obvezna literatura	<p>1. Matković B, Ferenčak S, Žvan M. (2004). Skijajmo zajedno. Zagreb: Europapress holding i FERBOS inženjering. 2. Cigrovski, V., Matković, B. i suradnici (2019). Sportovi na snijegu. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 3. Cigrovski, V., Matković, B. (2015). Skijaška tehnika-carving. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 4. Cvetnić, R. (2004). 110 godina skijanja u Zagrebu i Hrvatskoj, od prve skijaške udruge do danas. Zagreb: Pop & pop i Zagrebački skijaški savez.</p>					
Dopunska literatura	<p>1. Lešnik, B., & Žvan, M. (2010). A turn to move on, theory and methodology of alpine skiing. Ljubljana: University of Ljubljana, Faculty of Sport. 2. Jajčević, Z. (1994). 100 godina skijanja u Zagrebu 1894-1994. Zagreb: Zagrebački skijaški savez. 3. Pišot, R., & Videmšek, M. (2004). Smučanje je igra. Ljubljana: Združenje učiteljev in trenerjev smučanja Slovenije. 4. LeMaster, R. (2010). Ultimate skiing. Champaign, IL.: Human Kinetics.</p>					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



TEORIJA TRENINGA (123601)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Igor Jukić	
kancelarija		124	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		igor.jukic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658724	
nastavnica		doc. dr. sc. Sanja Šalaj	
kancelarija		194	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		sanja.salaj@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658779	
vansjki suradnik		prof. dr. sc. Draga Milanović	
kancelarija		126	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		dragan.milanovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658602	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	V. – zimski	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	Bodovna vrijednost	6.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P, S i V) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	75 sati = 45P + 14S + 16V + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	235 – 240
ciljevi predmeta	Stjecanje znanja o ustroju i funkcioniranju sustava sporta. Usvajanje teorijskih i metodičkih znanja potrebnih za planiranje, programiranje i kontrolu treninga sportaša na različitim razinama natjecanja u svim etapama dugoročnog sportskog razvoja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Teorija treninga omogućuje studentima znanja o teorijskim i metodičkim zakonitostima selekcije, sportske dijagnostike planiranja i programiranja trenažnog procesa. Studenti će naučiti: <ul style="list-style-type: none">- identificirati i analizirati karakteristike sportskih aktivnosti, komponente treniranosti i sportske forme, zakonitosti sportske selekcije, čimbenike uspješnosti sportske karijere u svim vrstama sporta;- objasniti i kritički vrednovati metodičke postupke za razvoj i održavanje kondicijskih sposobnosti te učenje i poučavanje tehničko-taktičkih znanja u cilju sigurnog, stupnjevitog napredovanja sportaša;- primijeniti stečena znanja u koncipiranju plana i programa sportskog treninga u skladu s poznatim stanjima treniranosti sportaša, raspoloživom vremenu i uvjetima u kojima se trenažni proces provodi.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U oblikovanju ishoda učenja teorije treninga, polazeći od jasno utvrđenih zadaća ovog nastavnog predmeta studenti će moći definirati i analizirati: <ul style="list-style-type: none">- različite sustave sporta, njihove prednosti i slabosti te resurse o kojima ovisi položaj i održivi razvoj sporta na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini;- značajke sportske aktivnosti koje se pojavljuju kao rezultat strukturnih, biomehaničkih, funkcionalnih i drugih analiza koje su pogodne za formiranje znanja o specifičnostima		



	<p>pojedinih sportskih grana i disciplina te hijerarhijske strukture čimbenika o kojima ovisi uspješnost u svakoj od njih;</p> <ul style="list-style-type: none">- interna obilježja sportaša: sposobnosti, znanja i osobine. Radi se o bazičnim antropološkim obilježjima i specifičnim dimenzijama sportaša koje mu omogućavaju kvalitetan trening i kvalitetu sportske izvedbe;- dijagnostičke postupke kojima je cilj definiranje stanja treniranosti na početku (inicijalno stanje), tijekom (tranzitivna stanja) i na kraju (finalno stanje) svakog trenažnog procesa;- postupke za selekciju (usmjeravanje i izbor) potencijalnih kandidata za vrhunski sport;- sportsku formu kao stanje sportaša koje omogućava postizanje vrhunskih rezultata na najvažnijim natjecanjima;- proces sportske pripreme koji čine trening kao transformacijski proces, sustav natjecanja i mjere oporavka sportaša;- biološke i metodičke principe i pravila treninga koji predstavljaju temelj za planiranje i programiranje treninga, natjecanja i oporavka;- metodičke postupke poučavanja i usavršavanja tehničko-taktičkih (TE-TA) znanja i metodičke postupke vježbanja za razvoj kondicijskih obilježja sportaša;- planiranje i programiranje procesa sportske pripreme pojedinaca i sportskih ekipa u raznim granama sportova i u različitim ciklusima višegodišnje i jednogodišnje periodizacije. <p>U okviru ovog nastavnog predmeta studenti, budući nastavnici i treneri, steći će potrebna temeljna znanja za uspješan rad u klupskom i školskom sportu, kao i u sportu osoba s invaliditetom.</p>
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata osim teme pod red.br. 23 koja se obrađuje 1 nastavni sat)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Teorija treninga: temeljna područja predmeta. Značajke sporta. Vrste sporta: vrhunski sport, školski sport, sport za sve i sport osoba s invaliditetom. Zdravstvene dobrobiti bavljenja sportom. Zbog čega sportu pripada poseban društveni status?2. Sport u europskim državama: značajke sporta u zemljama Europske unije. Najvažniji čimbenici koji utječu na položaj i razvoj sporta. Znanost, teorija i praksa sporta i sportskog treninga.3. Područje znanstvenog, teorijskog i praktičnog djelovanja u sportu. Definicije sportskog treninga. Bit (suština) i zadaće sportskog treninga.4. Sportski trening – kratki razvojni put. Analiza sportskih aktivnosti: strukturna, biomehanička, anatomska i funkcionalna analiza. Kriteriji za klasifikaciju sportskih aktivnosti.5. Sposobnosti, osobine i znanja sportaša. Situacijska uspješnost sportaša. Natjecateljski rezultat.6. Kondicijska pripremljenost sportaša. Tehnička i taktička pripremljenost sportaša. Razine tehničko-taktičke pripremljenosti. Parametri situacijske uspješnosti sportaša u nekim sportskim granama.7. Faktorska struktura uspješnosti u sportu. Jednadžba specifikacije uspješnosti u sportu. Dijagnostika u sportu. Faze dijagnostičkog postupka. Modeliranje karakteristika vrhunskih sportaša.8. Selekcija u sportu: sustav usmjeravanja u sport i izbora sportske grane. Postupak selekcije. Sport i sportski trening djece i mladeži: sportske škole. Temeljna pravila treninga djece i mladih sportaša. Čimbenici uspješnosti sportske karijere.9. Treniranost i sportska forma: značajke dinamike sportske forme. Sportski trening kao transformacijski proces: oblici trajektorija stanja treniranosti. Vrste transformacijskih procesa.



10. Sportska natjecanja: klasifikacija natjecanja. Planiranje i provedba natjecanja. Oporavak sportaša: dopunski faktori. Klasifikacija metoda i sredstava oporavka. Nedopuštena farmakološka sredstva: doping.
 11. Biološki principi sportskog treninga: adaptacija u sportu. Kontinuiranost trenažnog procesa. Progresivnost opterećenja treninga i natjecanja. Valovitost opterećenja treninga i natjecanja.
 12. Metodički principi sportskog treninga: usmjerenost treninga. Povezanost programa sportske pripreme. Cikličnost treninga.
 13. Metodika sportskog treninga: definicija, struktura i značajke metodike treninga. Sadržaji (sredstva) sportske pripreme: klasifikacija i značajke sadržaja treninga. Primjena trenažnih vježbi.
 14. Opterećenje treninga i natjecanja. Ukupno opterećenje i njegove komponente. Doziranje opterećenja. Metode trenažnog rada u sportu. Klasifikacija i opis metoda treninga.
 15. Organizacijski oblici i metodičke forme trenažnog rada: organizacijski oblici treninga. Metodičke forme treninga. Metodički aspekti korištenja lokaliteta, opreme i trenažnih pomagala.
 16. Osnove metodike kondicijske pripreme: definicija, struktura i značajke kondicijskog treninga u sportu. Utjecaj kondicijskog treninga na organizam sportaša. Vrste kondicijske pripreme sportaša. Metodika treninga funkcionalnih sposobnosti sportaša, metodika treninga motoričkih sposobnosti sportaša. Prevencija ozljeda u sportu i preventivni programi treninga. Kondicijska priprema posebnih populacija (djeca u školskom sportu, osobe s invaliditetom, vojnici, policajci, vatrogasci...)
 17. Metodika poučavanja tehničko-taktičkih znanja: osnove poučavanja i učenja tehničko-taktičkih znanja. Klasifikacija i opis metoda poučavanja. Faze motoričkog učenja. Specifičnosti poučavanja djece sportaša.
 18. Programiranje poučavanja tehničkih i taktičkih znanja: program poučavanja tehničko-taktičkih znanja. Kibernetički model programiranog poučavanja/učenja u sportu. Programiranje procesa poučavanja u višegodišnjem i godišnjem ciklusu.
 19. Planiranje i programiranje treninga: periodizacija. Vrste planiranja i programiranja treninga. Metode planiranja i programiranja treninga. Dugoročno planiranje i programiranje (višegodišnji ciklus treninga): periodizacija dugoročne sportske pripreme. Srednjoročno planiranje i programiranje (olimpijski ciklus).
 20. Kratkoročno planiranje i programiranje (godišnji i polugodišnji ciklus): algoritam kratkoročnog planiranja i programiranja treninga. Plan i elementi programa godišnjeg ciklusa treninga. Tekuće planiranje i programiranje (mezociklusi: periodi i faze): pripremljeni period. Natjecateljski period. Prijelazni period.
 21. Operativno planiranje i programiranje treninga (mikrociklus): klasifikacija mikrociklusa. Modeliranje treninga u mikrociklusu. Operativno planiranje i programiranje (trenažni dan i pojedinačni trening).
 22. Modeliranje procesa sportske pripreme: osnove sportskog treninga djece u osnovnoj školi; osnove sportskog treninga mladih u srednjoj školi. Modeliranje procesa sportske pripreme posebnih populacija (osobe s invaliditetom, vojnici, policajci, vatrogasci...).
 23. Uvod u metodologiju istraživanja u sportu: istraživanja u području sporta i sportskog treninga. Primjenjivost rezultata znanstvenih istraživanja u sportu.
- Seminari** (svaka tema se obrađuje po 2 nastavna sata)
1. Sportska aktivnost i okolinski faktori u funkciji razvoja djeteta sportaš
 2. Dopunski sadržaji sportske pripreme: specifičnosti treninga u različitim geografsko-klimatskim i vremenskim uvjetima



Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	8%	0.5	pismeni ispit	23%	1.5
	seminarski rad	15%	1	praktični rad	8%	0.5
	usmeni ispit	46%	3	ukupno	6.5 ECTS	
Obvezna literatura	1. Milanović, D. (2010). Teorija i metodika treninga. Zagreb: Društveno veleučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Milanović, D. (2007). Teorija treninga: priručnik za praćenje nastave i pripremanje ispita. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
Dopunska literatura	1. Milanović, D., Jukić, I., Čustonja, Z., Šimek, S. (2004). Razvojni pravci hrvatskog sporta. U: Bartoluci, M. (ur.). Sport u turizmu. Zbornik radova međunarodnog znanstvenog skupa „Menedžment u sportu i turizmu“, Zagrebački velesajam, 20. i 21. veljače, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 1-10. 2. Milanović, D., Čustonja, Z., Neljak, B., Harasin, D., Halamek, Z., Čustonja, H., Škegro, D. (2009). Strategija razvoja školskog sporta u Republici Hrvatskoj 2009. – 2014. Ministarstvo znanosti, obrazovanja i športa, Hrvatski školski športski savez. 3. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa: Kondicijska priprema sportaša. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez. 4. Milanović, D., Jukić, I., Šalaj, S. (2010). Individualizacija trenažnog procesa u sportu. Zbornik radova 19. ljetne škole kineziologa, 36-48. 5. Milanović, D., Šalaj, S., Gregov, C. (2011). Nove tehnologije u dijagnostici pripremljenosti sportaša. Zbornik radova 20. ljetne škole kineziologa (u tisku).					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



RASPORED SATI V. SEMESTRA ak. god. 2020./2021.

RASPOREDA SATI za 5. SEMESTAR (IPSS - Kineziologija) - akademska godina 2020./2021. (vrijedi od 12.10.2020.)

GRUPA	PONEĐJELJAK				UTORAK				SRIJEDA				ČETVRTAK				PETAK											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
8.00																												
8.15																												
10.15																												
10.30																												
11.00																												
11.35																												
12.30																												
12.45																												
14.45																												
15.00																												
16.00																												
18.00																												

NAPOMENA - detaljne informacije o provedbi nastave pojedinih predmeta nalaze se u sustavu Merlin

KINEZIOLŠKA REKREACIJA - vježbe će se održavati kontaktno na Fakultetu u predavaonici P1 ili u Trim kabinetu. Točan raspored po tjednima će biti objavljen na strani predmeta u Merlinu. U 1. tjednu nastave vježbe se održavaju u P1

METODIKA POUČAVANJA PLIVANJA - nastava će se održavati na bazenu Mladost po grupama prema rasporedu sati

PLES - nastava će se održavati prema rasporedu sati

SKIJANJE - nastava će se održavati prema uputama predmetnog nastavnika objavljenih u Merlinu

TEORIJA TRENINGA - nastava će se održavati on-line prema uputama predmetnog nastavnika objavljenih u Merlinu

IZBORNI PREDMETI

AKROBATIKA (IP-AKRO) - praktična nastava će se održavati srijedom od 15.00 sati u gimnastičkoj dvorani

BIOMEHANIČKA ANALIZA (IP-BMA) - nastava će se održavati on-line prema uputama predmetnog nastavnika objavljenih u Merlinu

DJECA U SPORTU (IP-DUS) - nastava počinje u srijedu 07.10.2020. kontaktno na fakultetu u predavaonici A2 prema rasporedu sati

KULTURA JAVNOG GOVORENJA (IP-KJG) - nastava će se održavati utorkom od 16.30 sati on-line uživo: 13.10. / 3.11. / 8.12. / 15.12. / 22. 12. / 12.1. / 19.1.

MOTORIČKA RAZVOJ ČOVJEKA (IP-MRČ) - nastava će se održavati on-line prema uputama predmetnog nastavnika objavljenih u Merlinu

PILATES (IP-PILATES) - praktična nastava će se održavati srijedom od 15.00 sati u dvorani za RG prema dogovoru s predmetnom nastavnicom



IZBORNI PREDMETI V. SEMESTRA

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
123644	Akrobatika	izv. prof. dr. sc. Željko Hraski	6	12	12	2.0
31117	Biomehanička analiza	izv. prof. dr. sc. Mario Kasović	15	15		2.0
123649	Djeca u sportu	prof. dr. sc. Renata Barić	18	2	10	2.0
31127	Kultura javnog govorenja	doc. dr. sc. Diana Tomić	15	15		2.0
162564	Motorički razvoj čovjeka	doc. dr. sc. Sanja Šalaj	14	2	14	2.0
123654	Pilates	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	6	12	12	2.0
studenti u ovom semestru upisuju 1 izborni predmet			2 ECTS			



AKROBATIKA (123644)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Željko Hraski	
kancelarija		174	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		zeljko.hraski@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658774	
sunositelj		izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević	
kancelarija		dekanat	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomislav.kristicevic@kif.unizg.hr	
poslijedoktorand		dr. sc. Marijo Možnik	
kancelarija		178	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		marijo.moznik@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658178	
poslijedoktorandica		dr. sc. Lucija Milčić, pred.	
Kancelarija		178	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		lucija.milcic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658178	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
Semestar	V. – zimski	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Odslušan predmet Sportska gimnastika II. (dobiven potpis o urednom pohađanju nastave)	Bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (TPP i V) kontaktnom nastavom – gimnastička dvorana		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V + samostalni zadaci + multimedija i mreža	broj studenata na predmetu	20
ciljevi predmeta	Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja o različitim vrstama akrobatskih vještina te o njihovoj primjeni u različitim školskim, rekreativnim i natjecateljskim aktivnostima. Također, studenti će se osposobiti i za primjenu akrobatskih sadržaja kao sredstva kondicijske pripreme sportaša, kao i za njihovu primjenu u različitim programima osposobljavanja za specifična zanimanja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja o različitim vrstama akrobatskih vještina te o njihovoj primjeni u različitim školskim, rekreativnim i natjecateljskim aktivnostima. Također, studenti će se osposobiti i za primjenu akrobatskih sadržaja kao sredstva kondicijske pripreme sportaša, kao i za njihovu primjenu u različitim programima osposobljavanja za specifična zanimanja.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će se osposobiti za: - realizaciju akrobatskog dijela gimnastičkih programa u dječjim vrtićima i školskim sportskim društvima; - primjenu sadržaja akrobatike u trenažnom procesu drugih sportova;		



	<ul style="list-style-type: none">- primjenu sadržaja akrobatike u različitim programima osposobljavanja za specifična zanimanja (vojska, policija, zrakoplovstvo, vatrogasci, interventne jedinice i sl.);- primjenu sadržaja akrobatike u različitim programima vježbanja za osobe s posebnim potrebama;- primjenu sadržaja akrobatike u različitim scenskim aktivnostima (kazalište, film, cirkus).					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Teorijska predavanja (svaka tema se obrađuje po 2 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Povijesno-razvojna analiza akrobatike, evolucija tehnike akrobatskih elemenata u različitim sportovima; akrobatika kao samostalni sport. Strukturalna analiza akrobatskih elemenata u različitim sportovima, karakteristike tipičnih kretnih struktura i njihovih pojedinih faza. Biomehanički aspekti akrobatskih kretnih struktura: biomehanika odraza, biomehanika elemenata s fazom leta.2. Funkcionalna analiza akrobatskih elemenata u akrobatskim vještinama (Sportska akrobatika, Trampolining, Breakdance, Parkour, Free Running, Tricking, Capoeira, Akrobatski rock' and roll, Akrobatsko rolanje, Scenska akrobatika (Cirque du Soleil), Akrobatsko skijanje, Snowboarding, Skateboarding, Skokovi u vodu, Clif Diving, Kitesurfing, Wakeboarding, Sportsko padobranstvo, Akrobatika na motorima, Borilački sportovi, Sepak Takraw, Cheerleading, Voltažiranje, Balet, Kaskaderstvo, Cirkus, Akrobatika u drugim sportovima (hrvanje, rukomet, ritmička gimnastika...). Sistematizacija elemenata tehnike.3. Metodičko oblikovanje trenažnog procesa – sredstva, metode, opterećenja, pomagala, organizacijski oblici, metodičke forme i distribucija sadržaja. Antropološka analiza: utjecaj antropoloških čimbenika na usvajanje akrobatskih elemenata. Transformacije antropoloških karakteristika pod utjecajem primjene sadržaja akrobatike. Kontrola efekata. Dijagnostika stanja usvojenosti akrobatskih sadržaja. Scenska akrobatika i njene specifičnosti. Primjena akrobatskih sadržaja u različitim promotivnim nastupima. <p>Teorijsko-praktična predavanja i vježbe (svaka tema se obrađuje 2TPP+2V)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Gimnastička akrobatika. Tipične akrobatske serije odrazima prema natrag (rondat, premet natrag, salta) i odrazima prema naprijed (tempo premet, salta). Akrobatska staza – specifičnosti primjene za potrebe različitih sportova.2. Trampolining. Vrste trampolina. Trampolining kao olimpijski sport. Trampolini u funkciji metodičkih postupaka savladavanja akrobatskih elemenata. Osnovni skokovi bez rotacija oko transverzalne osi, skokovi s rotacijama naprijed i natrag (zgrčeno, sklonjeno, pruženo), salta s okretima oko uzdužne osi (180/360).3. Parkour; Povijesni razvoj. David Belle i njegov utjecaj. Osnovne kretne strukture (naskoci i preskoci, elementi ravnoteže, provlačenja, naupori, doskoci). Freerunning, Tracing & Tricking. Poligoni. Parkour u Hrvatskoj.4. Akrobatski Rock'n'Roll. Povijesni razvoj. Natjecateljski program. Osnovni plesni koraci. Osnovni akrobatski elementi, rotacije, izdržaji i izbačaji: Akrobatski Rock'n'Roll u Hrvatskoj.5. Break dance. Povijesni razvoj. Osnovne kretne strukture i položaji: Top-Rock (Indian Step, Crazy Rock, Brooklyn Rock), Power-Moves (Windmill, Flare, Airflare, Munchmill, Elbowtrack, Headspin, Halo), Footwork (Sixstep, Three Step, Running Shuffle, Coin Drop, Coffee Grinder), Freeze (Baby Freeze, Turtle, Air Freeze, Airchair, Sidechair). International Breakdance Event. Hrvatska Break dance scena.6. Capoeira. Povijesni razvoj. Filozofija Capoeire. Glazba. Osnovni stilovi (Angola, Regional, Contemporanea). Bazične kretne strukture, akrobatski obrambeni pokreti i udarci.					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivno sudjelovanje na TP predavanjima i vježbama. Individualna i grupna priprema prezentacije novih vještina savladanih tijekom slušanja predmeta					
	pohađanje nastave	25%	0.5	seminarski rad	25%	0.5



Praćenje rada studenata	praktični rad	25%	0.5	usmeni ispit	25%	0.5
				ukupno	2.0 ECTS	
Obvezna literatura	1. Hraski, Ž. (2016). <i>Elementi na tlu</i> . Preuzeto s mreže 16.10.2020.: https://www.kif.unizg.hr/predmet/spogim2 . 2. Hraski, Ž. (2020). <i>Sportska gimnastika II</i> . Multimedijski sustavi (Moodle). Sveučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet, Zagreb					
Dopunska literatura	1. Hraski, Ž. (2002). <i>Correlation between selected kinematic parameters and angular momentum in backward somersaults</i> . XXth International Symposium on Biomechanics in sport, Caceres, Spain, 167-170. 2. Hraski, Ž. (2004). <i>Production of angular momentum for backward somersault</i> . IASTED International Conference on Biomechanics, Honolulu, Hawaii, USA, 10-13. 3. Uzunov, V. (2008). <i>The front somersault: technical breakdown and training</i> . Preuzeto 16.10.2020. s https://issuu.com/thegympress/docs/the-front-somersault-technical-breakdown-and-traini 4. <i>Coaching Gymnastics in the New Millennium</i> (2010). <u>Training the Front Handspring on Floor – Part I-III</u> . Preuzeto 16.10.2020. s https://thegymcoach.wordpress.com/tag/tumbling/ 5. Van Deusen, A. (2014). <i>Learn a Back Flip</i> . Preuzeto 16.10.2020. s http://gymnastics.about.com/od/trainingadvice/ss/learnbackflip.htm					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



BIOMEHANIČKA ANALIZA (31117)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Mario Kasović	
kancelarija		184	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		mari.kasovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658718	
suradnik		doc. dr. sc. Lovro Štefan	
e-mail		lovro.stefan@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		prof. dr. sc. Mladen Mejovšek	
e-mail		mladen.mejovsek@kif.unizg.hr	
vanjska suradnica		Larisa Gomaz, mag.educ.phys.et.inf.	
e-mail		larisa.gomaz@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
Semestar	V. – zimski	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	Bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P, S i V) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S + laboratorij	očekivani broj studenata na predmetu	do 60
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za rad u području biomehaničke analize što znači stjecanje znanja iz suvremenih tehnika i tehnologija za prikupljanje podataka gibanja, metoda procesiranja i načine interpretacije rezultata analiza, kao i njihovu primjenu i značaj u programiranju transformacijskih procesa u pripremi vrhunskih sportaša.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- Razumjeti koncepciju i funkcioniranje provedbe biomehaničke analize;- poznavati suvremenu biomehaničku opremu i tehnologiju (motion capture technology);- koristiti znanja iz područja biomehaničke analize za programiranje treninga i transformacijskih procesa vježbanja.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- razumjeti važnost i ulogu biomehaničke analize gibanja u vrhunskom sportu;- na mrežnim sustavima nalaziti i koristiti demonstracijske programe komercijalnih sustava;- znati osnove stereofotogrametrijskih postupaka mjerenja;- provoditi kalibraciju sustava, digitalizaciju i akviziciju referentnih točaka gibanja;- poznavati procesiranje i obradu podataka gibanja;- interpretirati rezultate biomehaničke analize.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari <ol style="list-style-type: none">1. Koncepcija neinvazivne biomehaničke analize i istraživanja kinematike i kinetike gibanja u vrhunskom sportu (2P)2. Oprema, protokol mjerenja, postupci procesiranja podataka, odabir modela i algoritama metode inverzne dinamike (2P)3. Regresijski i geometrijskih postupci N-segmentalnog antropomorfno modeliranja, antropometrijsko mjerenje, parametri i varijable modela, izbor diferencijalnih jednadžbi računanja varijabli modela (1P+2S)		



	<ol style="list-style-type: none"> 4. Stereofotogrametrijsko mjerenje, sustavi za zabilježbu i 3D rekonstrukciju gibanja (APAS, PEAK, ELITE, SIMI), prostorna i vremenske rezolucija akvizicije podataka u različitim situacijama natjecanja ili laboratorijskog mjerenja (2P+2S) 5. Inercijalni sustavi, kalibracija, doseg mjerenja, problemi invazivnosti i računalna animacija gibanja (X-SENS, ANIMAZOO) (2P) 6. Analiza amplitudnih, faznih i frekvencijskih karakteristika signala, optimalnog uzorkovanja, utvrđivanje granične frekvencije i koeficijenta nisko propusnog filtriranja (rekurzivni filtri i prirodne kubične ili kvintične spline funkcije) (2P) 7. Analiza spektra podataka gibanja, redukcija stohastičkih šumova tehnikama pogađanja i filtriranja (2P+1S) 8. Praktična primjena sustava za analizu gibanja (APAS i ELITE), konfiguracija, registracija gibanja, kalibracija, digitalizacija zapisa i referentnih anatomskih lokacija, 3D rekonstrukcija DLT metodom (2P+2S) 9. Konstrukcija kinematičkog/kinetičkog modela, računanje parametara i veličina gibanja. Prikaz rezultata analize numerički, animacijom, dijagramima i sl. te interpretacija rezultata i dijagnostika efikasnosti gibanja. (4S) 10. Odabir tehničkih i tehnoloških rješenja u zavisnosti sa raznovrsnošću sportskih aktivnosti i prikaz izvedenih analiza (4S) 					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave te aktivan i konkretan rad na nastavi, rad u grupi te samostalan rad pri rješavanju individualnih zadataka.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	50%	1	seminarski rad	25%	0.5
	usmeni ispit	25%	0.5	ukupno	2.0 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mejovšek, M. (1994). Application of spectral analysis in processing of kinematic signals of movement. <i>Kineziologija</i> 26 (1-2): 71-73. 2. Mejovšek, M. (1995). Dinamička analiza gibanja u športu. U: Pećina, M., Heimer, S. i sur. (ur.) <i>Športska medicina – Odabrana poglavlja</i>. Zagreb: Medicinska biblioteka, Naprijed, 70-74. 3. Kuleš, B., Mejovšek, M. (1997). Kinematic and dynamic analysis of the ushiro mawashi geri. <i>Kineziologija</i> 29 (2): 40-46. 					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Allard, P. i sur. (1995). <i>Three-Dimensional Analysis of Human Movement</i>. Human Kinetics. 2. Stergiou, N. (2004). <i>Inovative Analyses of Human Movement</i>. Human Kinetics. 3. Hraski, Ž., Mejovšek, M. (1999). Primjena sustava za kinematičku analizu sportskih tehnika. U: Hraski, Ž., Matković, Br. (ur.) <i>Zbornik radova, 8. zagrebački sajam sporta – „Trener i suvremena dijagnostika“</i>, Zagreb, 17-28. 4. Hraski, Ž., Mejovšek, M. (2004). Production of angular momentum for backward somersault. <i>IASTED International Conference on Biomechanics</i>, Honolulu, Hawaii, USA, 10-13. 5. Antekolović, Lj., Dobrila, I., Mejovšek, M., Čoh, M. (2006). Longitudinal follow-up of kinematic parameters in high jump – A case study. <i>New Studies in Athletics</i>, 21 (4): 27-37. 					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



DJECA U SPORTU (123649)

nositeljica predmeta		prof. dr. sc. Renata Barić	
kancelarija		141/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom / ponedjeljkom od 12.00 do 13.00 sati	
e-mail		renata.baric@kif.unizg.unizg.hr	
telefon		+38513658742	
asistentica		Rebeka Prosoli mag.psih.	
kancelarija		137	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom / ponedjeljkom od 12.00 do 13.00 sati	
e-mail		rebeka.prosoli@unizg.kif.hr	
telefon		+38513658737	
asistentica		Matea Karlović, mag. psih.	
kancelarija		137	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom / ponedjeljkom od 12.00 do 13.00 sati	
e-mail		matea.karlovic@unizg.kif.hr	
telefon		+38513658737	
vanjska suradnica		Vesna Hude prof.psih.	
e-mail		vesna.hude@kif.hr	
vanjska suradnica		doc. dr. sc. Zrinka Greblo Jurakić	
e-mail		zrinka.greblo@kif.hr	
vanjska suradnica		prof. dr. sc. Gordana Keresteš	
e-mail		gordna.kerstes@kif.hr	
vanjska suradnica		mr. sc. Marija Gabelica Šupljika	
e-mail		marija.gabelica.supljika@kif.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
Semestar	V. – zimski	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) i (S) i (V) predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 18P + 2S + 10V + samostalni zadaci	broj studenata na predmetu	32
ciljevi predmeta	Usvojiti razvojne osobitosti dječjeg kognitivnog, socijalnog, emocionalnog i moralnog razvoja kao osnovnih pretpostavki rada s djecom u sportu. Omogućiti razumijevanje pozitivnih i negativnih učinaka sporta na psihološki razvoj djeteta te faktora koji na to utječu. Upoznavanje s učinkovitim strategijama rada sa djecom i mladima u kontekstu nastave tjelesnog odgoja, rekreativnog i natjecateljskog sporta. Cjelokupan kolegij biti će usmjeren na prepoznavanje, isticanje i prihvaćanje važnosti uloge trenera u životu mladih sportaša, kao i njihove <i>osobne odgovornosti</i> za dobrobit djece i mladih u sportu.		



Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- usvajanje i razumijevanje specifičnih razvojnih osobitosti psihološkog razvoja djece i mladih različite dobi te primjena stečenog znanja u procesu oblikovanja i realizacije trenažnih/nastavnih programa i natjecateljskih ciljeva;- razumijevanje i razlikovanje te sposobnost kritičkog razmatranja različitih razvojno-psiholoških aspekata sporta na različitim razinama;- informiranost o pravima djeteta te načinima i posljedicama njihovog kršenja u sportu.
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- studenti će usvojiti osnovna znanja o psihosocijalnim aspektima dječjeg sporta; razumjet će i usvojiti kognitivna, socijalna i moralna obilježja razvojnih promjena s ciljem njihovih uvažavanja u kreiranju i realizaciji trenažnog procesa;- razumjet će odgojnu ulogu sporta, njegovu važnost i doprinos optimalnom psihosocijalnom razvoju djeteta sportaša;- moći će primijeniti stečene spoznaje u radu s djecom u smislu korištenja adekvatnih metoda i tehnika poučavanja, motiviranja i komunikacije;- razumjet će izvore psihološkog pritiska kod djece i mladih sportaša te naučiti kako umanjiti ili eliminirati njihov utjecaj na dijete i njegovu sportsku izvedbu- usvojiti će učinkovite strategije za ostvarenje kvalitetnih odnosa s mladim sportašima, ali i s ostalim aktivnim sudionicima dječjeg sporta (npr. roditeljima, nastavnicima u školi);- naučit će prepoznati znakove poremećaja prehrane, hiperkompetitivnog ponašanja i zlostavljanja kod djece;- naučit će prepoznati znakove neadaptivnih psiholoških reakcija (trema, reaktivno agresivno ponašanje, negativni perfekcionizam) i upoznat će se s osnovnim principima psihološke pripreme djece i mladih sportaša.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p><i>Psihosocijalna obilježja djece u sportu – zašto djeca nisu mali odrasli</i></p> <ol style="list-style-type: none">1. Uvodno predavanje: važnost sporta u životu djeteta (2P)2. Razvojne promjene kod djece (kognitivni, moralni, socijalno-emocionalni razvoj) (4P)3. Razvojne osobitosti djece i mladih u sportu (vježba) (2V)4. Odgojna funkcija sporta. Sport kao sredstvo zadovoljenja potreba djeteta i mladog sportaša, osnovni pokretači sportske aktivnosti djece i mladih. (2P)5. Osipanje kao psihosocijalni fenomen. Utjecaj vršnjaka na bavljenje sportom i vježbanjem. Dogovor o temama za seminar ili eseje. (2P)6. Roditelji u sport. (2V)7. Sportski trokut (dijete-trener-roditelj) (vježba) (2V) <p><i>Psihološki aspekti dječjeg bavljenja sportom</i></p> <ol style="list-style-type: none">8. Savršenstvo kao cilj – anksioznost i perfekcionizam kod mladih sportaša (2P)9. Sport kao stres – kompetitivnost, hiperkompetitivnost, agresija (2P)10. Strah i/ili ljutnja – kako trener može pomoći? Sport kao sredstvo podizanja samopoštovanja. (vježba) (2V) <p><i>Primjena u trenažnom procesu</i></p> <ol style="list-style-type: none">11. Psihofiziološke reakcije na trenažni proces. Ozljede i poremećaji prehrane kod djece sportaša – psihološka perspektiva. Zlostavljanje u sportu. Prava djece u sportu. (2P)12. Uspješno učenje i vježbanje – psihološki pristup: odnos trenera i mladog sportaša. Učinkovita komunikacija u sportu. Motivacijska klima u sportu. (2P)13. Psihološka priprema djece sportaša. Kako dati povratnu informaciju. (vježba) (2V)14. Prezentacija i zajednička evaluacija studentskih radova. Evaluacija nastave i nastavnika – diskusija. (2S)
Obveze studenata	Od studenta se očekuje da redovito prisustvuju i aktivno sudjeluju u nastavi. Kao preduvjet pristupanja završnom pismenom ispitu studenti su dužni napisati seminarski rad na temelju praktičnog zadatka provedenog na terenu u parovima (npr. opservacija treninga ili intervju s



	djetetom sportašem, trenerom ili roditeljima) ili esej kojeg pišu samostalno i u okviru kojeg će kritički prikazati neku temu vezanu uz sadržaj nastave i analizirati je s razvojno-psihološkog i praktičnog stajališta. Studenti samostalno odabiru zadatak i opredjeljuju se za temu.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.25	esej	10%	0.25
	pismeni ispit	50%	1	seminarski rad	30%	0.5
	ukupno				2.0 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Lee, M. (2006). Coaching children in sport. Routledge. Taylor & Francis. (odabrana poglavlja)2. Vasta, R., Haith, M. M., Miller, S. A. (1998). Dječja psihologija. Jastrebarsko: Naklada Slap3. sažeci s predavanja (skripta)					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Caput Jogunica, R. i Barić, R. (2015). Izvannastavne i izvanškolske kineziološke aktivnosti i sadržaji za učenike od 1. do 4. razreda osnovne škole. Zagreb:Školska knjiga. (poglavlje 6. Motivacija u sportu)2. Barić, R. (2004). Klima v športu (Magistarski rad). Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta.3. Barić, R., Horga, S. (2006). Psihosocijalni i odgojni aspekti interakcije trenera i djeteta sportaša. u: Grgurić, J., Batinica, M. (ur.) Sport i zdravlje djece i mladih – Zbornik radova, Zagreb: Quo vadis tisak, 78-83.4. Greblo, Z. (2011). Perfekcionizam kod darovitih sportaša: uloga osobinskih i okolinskih činitelja (Doktorska disertacija). Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet.5. Horga, S. (2009). Psihologija sporta. Zagreb, Kineziološki fakultet.6. Znanstveni i stručni članci po izboru					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KULTURA JAVNOG GOVORENJA (31127)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Diana Tomić	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		diana.tomic@kif.inizg.hr ; dtomic@ffzg.unizg.hr	
vanjska suradnica		Ana Vlah, mag.edu.art.orator.	
e-mail		ana.vlah@outlook.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
Semestar	V. – zimski	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	Bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P i S) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S + + mješovito e-učenje + samostalni zadaci + multimedija i mreža	broj studenata na predmetu	22
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je uvid studenata u govorničku teoriju te osviještenost potrebe za govorničkim vještinama. Cilj je potaknuti studente da počnu razvijati govorničke vještine kako bi postali uspješniji kineziolozi (predavači, treneri itd.). Studenti stječu praktična znanja koja im pomažu da postanu vješti u iznošenju i obrazlaganju vlastitih stavova, ali i u kritičkom slušanju svojih sugovornika.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- Razumjeti razliku između javnog i privatnog govorenja;- osloboditi se straha i treme;- naučiti pripremiti i oblikovati govor za javni nastup.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- razumjeti osnovne pojmove s područja retorike;- razlikovati različite retoričke oblike;- oblikovati tvrdnju i argumentirati je;- razviti aktivno slušanje govora;- osloboditi se straha i treme;- strukturirati govor (izlaganje): uvod, glavni dio i zaključak;- pripremiti izvedbu govora: impostirati glas, prilagoditi neverbalne znakove;- održati svečani prigodni govor;- pripremiti i izvesti debatu;- razumjeti i pripremiti motivacijski govor.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none">1. Uvod u retoriku: određenje javnog govora, definicije retorike i početno dizajniranje govora (2P) Osvještavaju se različite vrste komunikacije, razlika između javnog i privatnog govorenja, definira retorika i određuju osnovne vrste govora. Uvodi se u monološke i dijaloške retoričke vrste. Razlažu se elementi početnog dizajniranja govora; tema, središnja misao, cilj govora, profil publike, strategije govora i opći uvjeti govora.2. Uvježbavanje elemenata početnog dizajniranja govora, vježba središnjih misli i njihova provjera na temelju trivijalnosti i branjivosti (2P)3. Slušanje govora i kompozicija govora (2P)		



4. Ukratko se objašnjavaju sastojci slušanja govora. Studenti osvještavaju važnost slušanja i povezuju ih s kvalitetnim sudjelovanjem u dijaloškim govornim vrstama. Objašnjava se kompozicija govora (uvod, središnji dio, zaključak), pravila sastavljanja i svrha pojedinih dijelova govora.
5. Argumentacija (2P)
Objašnjavaju se načini argumentiranja središnjih misli (atehnička i tehnička sredstva) kroz očitosti (činjenice, topose, autoritete) i logičko zaključivanje (indukcija, dedukcija, analogija). Studenti se upoznaju s najčešćim logičkim figurama; silogizam, entimem, sorit, analogija, definicija, razdioba.
6. Neverbalni znakovi (2P)
Ističu se neverbalni znakovi važni za javno govorenje (pravilna gestikulacija, pogled, mimika, proksemija), a poseban naglasak stavlja se na glas i izgovor govornika. Objašnjavaju se pravila i ističu savjeti za dobru prezentaciju (držanje referata, predavanja ili prezentiranje projekata) te prednosti i nedostaci pojedinih tehničkih pomagala.
7. Vježbe za glas i izgovor, govorna izvedba, strah i trema (2S)
Upoznavanje studenata sa spletom vježbi za glas i izgovor. Uvježbavanje govorne izvedbe na govorima studenata. Objašnjavanje uzroka straha i treme te načina kako ih ukloniti prije javnog nastupa.
8. Izvedba i snimanje trominutnih studentskih govora (2S)
Studenti izvode trominutni govor. Osim izvedbe svoga govora studenti slušaju, prate i ocjenjuju govore svojih kolega prema kategorijama kompozicije, argumentacije i izvedbe.
9. Govornost: retoričke figure i modalni izrazi (2P)
Objašnjavaju se i oprimjeruju retoričke figure: metafora, metonimija, usporedba, parafraza, anafora, klimaks, lajtmotiv, antimetabola. Objašnjavaju se funkcije modalnih izraza: fatička, sastavljanje, rastavljanje, impliciranje, pojačavanje, ublažavanje, subjektivnost.
10. Prigodni govori (2P)
Govori se o različitim vrstama prigodnih govora te o njihovim specifičnim karakteristikama. Ističu se elementi važni za dobar prigodni govor (humor, figurativnost, slikovitost, bonton) te se obzirom na njihovo prisutstvo ili odsutstvo analiziraju različite vrste prigodnih govora (Oscar, Porin, Dodjela nagrade HOO, zdravice na vjenčanjima, komemorativni govori i sl.).
11. Izvedba i snimanje prigodnih govora (2S)
Studenti izvode prigodne govore (bez bilježaka). Osim izvedbe svoga govora studenti slušaju, prate i ocjenjuju govore svojih kolega u kategorijama kompozicije (oslovljavanje, središnja priča i efektan kraj), stila (jezična pravilnost i figurativnost), govornosti (modalni izrazi), govorne izvedbe (ugodan glas primjerene glasnoće, jasan razumljiv izgovor) i primjerenih neverbalnih znakova.
12. Debata i retoričke smicalice (2P)
Upoznavanje s različitim vrstama debata, pravilima debatiranja te ulogom voditelja i sudaca. Nazivi i primjeri najčešćih retoričkih smicalica koje se pojavljuju u debatama i raspravama (argumentum ad hominem, ad baculum, populizmi, ad misericordiam i sl.).
13. Vještine debatiranja (2S)
Studenti će tijekom seminara izvesti debatu sa argumentacijom pripremljenom na najavljenju tezu (s područja sporta).
14. Uspješne prezentacije (2S)
Cilj ovog seminara je proširiti gradivo usvojeno ranije na predavanjima u skladu s potrebama studenata KIF-a. Stoga se u sklopu neverbalnih znakova dodatno proučavaju pojedina tehnička pomagala s posebnim naglaskom na prezentacijama.
15. Motivacijski govori: priprema i izvedba (2S)



	Analiziraju se snimke motivacijskog govora (govor u uzbuđujućoj strategiji) budući da je ta vrsta često prisutna u svlačionicama te studenti pokušavaju improvizirati motivacijski govor pred sportskom ekipom prije važnog natjecanja. 16. Kolokvij i evaluacija (1P+1S)					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivno sudjelovanje, redovito izvršavanje zadaća i ostalih aktivnosti preko sustava za učenje na daljinu. Redovita priprema seminarских задатака.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.2	kolokvij	50%	1
	seminarski rad	40%	0.8	ukupno	2.0 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Bartoluci, S., & Tomić, D. (2010). Aktivno slušanje – osnova komunikacijske pripreme trenera. Kondicijski trening: stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme, 8(2), 6-11.2. Bartoluci, S., Tomić, D. (2010). Komunikacijska priprema trenera ili zašto i kako „trenirati“ komunikacijske vještine? Kondicijski trening: stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. 8(1): 19-23.3. Lucas, S. E. (2015). Umijeće javnog govora. Zagreb, Mate d.o.o.4. Škarić, I. (2003). Temeljni suvremenoga govorništva. Zagreb: Školska knjiga.5. Tomić, D. (2011). Nastavni materijali – skripta. Dostupni putem sustava za učenje na daljinu Merlin					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Kock, C. (2009). Choice is not true or false: The domain of rhetorical argumentation. Argumentation, 23(1), 61-80.2. Lull, J., & Coopman, S. J. (2008). Public speaking: The evolving art. Boston, MA.: Wadsworth.3. Škarić, I. (1982). U potrazi za izgubljenim govorom. Školska knjiga.4. Tomić, D. Kišiček, G. (2010). Stavovi hrvatskih sportaša i trenera o motivacijskim govorima. 8. međunarodni skup istraživanja govora. Zbornik sažetaka.5. Tomić, D., & Bartoluci, S. Analiza publike – razumijevanje suparnika/sugovornika. Kondicijski trening: stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme, 9(2), 6-106. Zadro, I. (ur.) (1999). Glasoviti govori. Zagreb: Naklada Zadro.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



MOTORIČKI RAZVOJ ČOVJEKA (162568)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Sanja Šalaj	
kancelarija		194	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru putem mail-a	
e-mail		sanja.salaj@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658779	
vanjska suradnica		Mateja Deranja, mag.cin.	
e-mail		mateja.deranja@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologije	status predmeta	Izborni
semestar	V. – zimski	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P i S) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu		
način izvođenja nastave	30 sati = 16P + 14S + samostalni zadaci + multimedija i mreža	očekivani broj studenata na predmetu	do 60
ciljevi predmeta	Stjecanje znanja o razvojnim domenama čovjeka, motoričkom razvoju čovjeka u različitim životnim razdobljima, mogućim razvojnim poremećajima kao i mogućnostima poticanja motoričkog razvoja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će moći primijeniti stečena znanja o motoričkom razvoju pri analizi rasta i razvoja čovjeka te njegovih sposobnosti, osobina i znanja u praktičnom radu u kineziologiji u područjima edukacije, rekreacije i sporta.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: <ul style="list-style-type: none">- identificirati i analizirati motorički razvoj čovjeka i njegovu povezanost s ostalim razvojnim domenama,- definirati i analizirati faktore o kojima ovisi motorički razvoj,- analizirati razvojne faze od rođenja do starosti,- prepoznati i analizirati razvojne motoričke poremećaje i mogućnosti poticanja motoričkog razvoja u ranim fazama života čovjeka.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja <ol style="list-style-type: none">1. Definicija i karakteristike motoričkog razvoja (1P)2. Teorijski modeli motoričkog razvoja (1P)3. Tjelesni rast i razvoj, Motoričke i funkcionalne sposobnosti tijekom života, Faktori o kojima ovisi motorički razvoj (2P)4. Povezanost motoričkog razvoja sa emocionalnim, socijalnim i kognitivnim razvojem (2P)5. Prenatalni i dojenački razvoj: refleksi i voljni pokreti (2P)6. Razvoj mozga, rana stimulacija i deprivacija (2P)7. Motorički razvoj u djetinjstvu: razvoj lokomotornih znanja, razvoj manipulativnih znanja, razvoj fine motorike (2P)8. Razvojni motorički poremećaji (1P)9. Primjena osnova motoričkog razvoja u korektivnim programima vježbanja (1P)10. Učinci programa poticanja motoričkog razvoja djece i adolescenata (2P) Seminari <ol style="list-style-type: none">1. Prenatalni i dojenački razvoj (refleksi i voljni pokreti) (2S)2. Učinci rane stimulacije na motorički razvoj (2S)		



	3. Motorički razvoj u djetinjstvu (2S) 4. Motorički razvoj u adolescenciji (2S) 5. Motorički razvoj u odrasloj dobi (2S) 6. Razvojni motorički poremećaji (2S) 7. Učinci programa poticanja motoričkog razvoja djece i adolescenata (2S)					
obveze studenata	Pohađanje svih vrsta nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	15%	0.3	pismeni ispit	35%	0.7
	seminarski rad	50%	1	ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Šalaj, S. (2012). Osnove ranog motoričkog razvoja. Kondicijski trening 10(2): 5059.2. Šalaj, S. (2013). Rana motorička stimulacija – preduvjet sportske izvrsnosti? Zbornik radova 11. Godišnje međunarodne konferencije “Kondicijska priprema sportaša 2013”, Zagreb, 22. i 23. veljače 2013., Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, Zagreb, 2013.3. Malina, R., Bouchard, C., Bar-Or, O. (2004). Growth, Maturation and Physical Activity. 2nd ed. Champaign, IL: Human Kinetics. (odabrana poglavlja).					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Gallahue, D., Ozmun, J. C., & Goodway, J. D. (2012). Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults (7th ed.). New York: McGraw-Hill Companies, Inc.2. Malina, R., Bouchard, C., Bar-Or, O. (2004). Growth, Maturation and Physical Activity. 2nd ed. Champaign, IL: Human Kinetics.3. Haywood, K.M., Robertson, M.A., & Getchell, N. (2012). Advanced analysis of motor development. Champaign, IL: Human Kinetics.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



PILATES (123654)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Josipa Radaš	
kancelarija		168	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru putem mail-a	
e-mail		josipa.radas@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658768	
nastavnica		prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	
kancelarija		173	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru putem mail-a	
e-mail		gordana.furjan-mandic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658773	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
Semestar	V. – zimski	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	Bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (TPP i V) kontaktnom nastavom – dvorana za ritmičku gimnastiku i ples		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V + samostalni zadaci + multimedija i mreža + mješovito e-učenje	broj studenata na predmetu	18
ciljevi predmeta	Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja iz pilates tehnike te način primjene istih u odgojno-obrazovnom procesu (TZK) te u području rekreacije, kineziterapije i sporta.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Predmet daje osnovna znanja iz pilatesa koja su uvjet za lakše praćenje nastave na Izbornom modulu Fitness.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- usvajanje tehnike klasičnog programa pilatesa; - primjena pilatesa u edukaciji; - primjena pilatesa u sportu; - primjena pilatesa u rekreaciji; - primjena pilatesa u kineziterapiji.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja (svaka tema se obrađuje 1 nastavni sat) 1. Povijest pilatesa 2. Načela vježbanja pilatesa 3. Ključni elementi za ovladavanje vježbama bez sprava 4. Pilates vježbe na prostirci: osnovne i napredne 5. Pilates vježbe sa spravama 6. Primjena pilates vježbi u sportu, rekreaciji i kineziterapiji. Teorijsko-praktična predavanja i vježbe (svaka tema se obrađuje 2TPP+2V) 1. Vježbe pilatesa prilagođene početnicima 2. Pilates vježbe na prostirci 3. Pilates vježbe s loptom (malom i velikom) 4. Pilates vježbe s elastičnim trakama 5. Pilates vježbe za pojedine regije tijela		



6. Pilates vježbe u vrhunskom sportu, rekreaciji i kineziterapiji						
Obveze studenata	Sudjelovanje na nastavi je obvezno i o tome se vodi evidencija. Studenti(ice) kategorizirani vrhunski sportaši imaju pravo na izostanke u skladu s odlukom Fakultetskog vijeća. To ih ne oslobađa svih drugih obveza u vezi kolegija. Izostanak zbog bolesti može se opravdati liječničkom potvrdom. U iznimnim se slučajevima izostanak s praktičnih predavanja i vježbi može nadoknaditi dolaskom u drugu grupu – uz prethodnu najavu nastavnica.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	kolokvij	25%	0.5
	pismeni idpit	25%	0.5	usmeni ispit	25%	0.5
	ukupno					2.0 ECTS
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Siler, B. (2003). Pilates tijelo. Zagreb: Biovega.2. Jagodić-Rukavina, A. (2006). Body tehnika. Zagreb: Planetopija.3. Furjan-Mandić, G., Roginek, S., Petrovečki, R., Vlašić, J., Zaletel, P. (2007). Utjecaj naprednih pilates vježbi na neka morfološka obilježja žena. 2nd International Conference „Contemporary Kinesiology“, Mostar.					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Zbornik radova, 6. Zagrebački sajam sporta – „Suvremena aerobika“ (1997)., Metikoš, D., Prot, F., Furjan-Mandić, G., Kristić, K. (ur.) Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



VI. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
123666	Kineziterapija	izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović	45		30	6.5
123690	Pedagogija	prof. dr. sc. Marina Đuranović	30	30		4.0
123697	Ritmička gimnastika	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	15	30	30	6.0
123698	Sportovi na vodi	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	12	24	24	5.0
123699	Sportovi s reketom	izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros	12	24	24	4.5
162566	Sportsko plivanje	prof. dr. sc. Goran Leko	12	24	24	3.5
UKUPNO			126	132	132	29.5



KINEZITERAPIJA (123666)

nositeljica predmeta	izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović		
kancelarija	115		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	lidija.petrinovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658715		
nastavnica	doc. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić		
kancelarija	202		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	tatjana.trost-bobic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658659		
vanjska suradnica	doc. dr. sc. Gordana Grozdek-Čovčić		
e-mail	gordana.grozdek-covcic@zvu.hr		
vanjski suradnik	dr. sc. Vangelis Chatzilelekas, prof.		
e-mail	chatzilelekas@gmail.com		
vanjska suradnica	dr. sc. Ljiljana Širić, prof. logopedije		
e-mail	ljsiric@gmail.com		
vanjski suradnik	Dario Maravić, mag. Cin.		
e-mail	dario713@gmail.com		
vanjska suradnica	Andrea Mohorović, mag, cin		
e-mail	andrea.mohorovic1@gmail.com		
vanjski suradnik	Sandro Venier, mag. cin		
e-mail	veniersandro@gmail.com		
vanjska suradnica	Maja Babić, dr. med.		
e-mail	maja.babic5@hotmail.com		
vanjska suradnica	Jadranka Brozd, dipl. fizioth.		
e-mail	info@jadrankabrozd.hr		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	VI. – ljetni	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	Bodovna vrijednost	6.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (V) dvorana K – ovisno o epidemiološkim mjerama – (P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (V) hibridnom kontakt nastavom od 120 minuta – judo dvorana		
način izvođenja nastave	75 sati = 45P + 30V + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	150 – 170
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za razumijevanje osnovnih postavki o insuficijentnim stanjima lokomotornog sustava te za usvajanje teorijskih i metodičkih znanja potrebnih za planiranje, programiranje kineziterapijskih postupaka. Nadalje, studenti će se osposobiti za samostalno kreiranje metodičkih postupaka kineziterapijskih vježbi kao i za izradu planova i programa za različita insuficijentna stanja lokomotornog sustava kao što su loša držanja i deformacije u različitim regijama tijela.		
Ishodi učenja na razini programa	Kineziterapija omogućuje studentima znanja o insuficijentnosti lokomotornog sustava. - identificirati i analizirati značajke oslabljenih skupina mišića;		



kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- objasniti zakonitosti programiranja u kineziterapiji;- primijeniti ranije stečena znanja u koncipiranju plana programa u području kineziterapije.
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<p>U oblikovanju ishoda učenja kineziterapije, polazeći od utvrđenih zadaća ovog nastavnog predmeta studenti će moći definirati i analizirati:</p> <ul style="list-style-type: none">- metode utvrđivanja oslabljene muskulature kroz određene pokrete i testove;- način planiranja i programiranja ciljanih kineziterapijskih procedura;- dijagnostiku određenih insuficijentnih stanja pojedinih mišića;- specifičnosti na koje treba obratiti pažnju u planiranju i programiranju.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja</p> <ol style="list-style-type: none">1. Kineziterapija: temeljna područja predmeta. Definicije. (2P)2. Predmet proučavanja kineziterapije. Zadaće kineziterapije. Principi kineziterapije. (3P)3. Povijest kineziterapije. Razvoj kineziterapije. (2P)4. Metodika praćenja i evidentiranja u kineziterapiji i rehabilitaciji (2P)5. Organizacijske forme rada (2P)6. Kineziološko medicinske osnove za tjelesno vježbanje osoba oštećena zdravlja (2P)7. Dijagnostika loših držanja, pregled tijela (2P)8. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod spušenog stopala, biomehanika stopala, metode utvrđivanja statusa stopala (2P)9. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod deformacija stopala (2P)10. Mehanizmi ozljeđivanja i osnove rehabilitacije kod ozljeda skočnog zgloba (2P)11. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod deformacija u području koljena; <i>genua valga, genua vara, genua recurvata</i>. (2P)12. Mehanizmi ozljeđivanja i osnove rehabilitacijskih postupaka kod ozljede koljena (2P)13. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod prirodne dislokacije kuka (2P)14. Pregled teoretskih postavki kod deformacija kralježnice i loših držanja (2P)15. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod skolioze i skoliotičnog lošeg držanja (2P)16. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod kifoze, kifotičnog lošeg držanja, lordoze i lordotičnog lošeg držanja (2P)17. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod deformacija prsnog koša: <i>pectus carinatum, pectus planum, pectus excavatum</i> (2P)18. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod deformacije <i>torticolis</i> (2P)19. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod lumbalnog bolnog sindroma (2P)20. Osnovne postavke dijagnostike i pregled rehabilitacijskih postupaka kod cervikobrahijanog bolnog sindroma (2P)21. Mehanizmi ozljeđivanja i osnove rehabilitacijskih postupaka kod ozljeda ramenog zgloba (2P)22. Pregled teoretskih pretpostavki o pojmovima inkluzije i integracije (2P) <p>Vježbe (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Dijagnostika loših držanja, pregled tijela2. Planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka kod deformacija u području stopala: <i>pes planus</i>



	<ol style="list-style-type: none"> 3. Planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka kod deformacija u području koljena: <i>genua valga, genua vara, genua recurvata</i>. 4. Planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka kod ozljede skočnog zgloba 5. Planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka kod ozljede koljena 6. Planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka kod prirodene dislokacije kuka 7. Planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka kod loših držanja i deformacija kralježnice: skolioza i skoliotično loše držanje 8. Planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka kod loših držanja i deformacija kralježnice: lordoza i lordotično loše držanje 9. Planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka kod loših držanja i deformacija kralježnice: kifoza i kifotično loše držanje 10. Planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka kod deformacija prsnog koša: <i>pectus excavatum</i> 11. Planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka kod deformacija prsnog koša: <i>pectus carinatum, pectus planum</i> 12. Planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka kod deformacije krivog vrata, <i>torticollis</i> 13. Planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka kod lumbalnog bolnog sindroma 14. Planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka kod cervikobrahijalnog bolnog sindroma 15. Planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka kod ozljeda ramenog zgloba 					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	pismeni ispit	40%	(2.5)	kolokvij	40%	2.5
	usmeni ispit	40%	4	ukupno	6.5 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kosinac, Z. (1992). Nepravilna tjelesna držanja djece i omladine: simptomi, prevencija i vježbe. Split: Fakultet prirodoslovno matematičkih znanosti i odgojnih područja u Splitu, Zavod za fizičku kulturu. 2. Kosinac, Z. (2002). Kineziterapija sustava za kretanje. (Udžbenik). Split: Sveučilište u Splitu. 					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cvjetičanin, M. (1993). Priručnik o stopalu. I. Izdanje. Samobor: TIP „A. G. Matoš“ d.d. 2. Ciliga, D., Trošt Bobić, T., Petrinović Zekan, L. (2011). Dijagnostika u kineziterapiji. U: Findak, V. (ur.) Zbornik radova 20. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Dijagnostika u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“, Poreč, 2011., Zagreb: Hrvatski kineziološki savez. 3. Petrinović Zekan, L., Ciliga, D., Trošt Bobić, T. (2010). Individualizacija rada u području kineziterapije. U: Neljak, B. (ur.) Zbornik radova 19. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Individualizacija rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“, Poreč, 2010., Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 55-60. 4. Ciliga, D., Trošt Bobić, T., Petrinović Zekan, L. (2009). Metodički organizacijski oblici rada u kineziterapiji. U: Neljak, B. (ur.) Zbornik radova 18. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Metodički organizacijski oblici rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“, Poreč, 2009., Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 29-37. 5. Ciliga, D., Petrinović Zekan, L. (2008). Stanje i perspektiva razvoja u području kineziterapije. U: Zbornik radova međunarodne znanstveno-stručne konferencije 17. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 66-71. 					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



PEDAGOGIJA (123690)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Marina Đuranović	
e-mail		marina.djuranovic@kif.unizg.hr	
suradnica		doc. dr. sc. Ana Žnidarec Čučković	
Kancelarija		141/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ana.znidarec-cuckovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658741	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	VI. – ljetni	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	Bodovna vrijednost	4.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A2 (S) predavaonica – ovisno o epidemiološkim mjerama – (P i S) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu		
način izvođenja nastave	60 sati = P 30+ 30S + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	150 – 170
ciljevi predmeta	Studenti će steći znanja o zadacima i sadržajima pojedinih odgojnih područja te razvijati vještine za njihovu primjenu u nastavi, komunikaciji s roditeljima učenika i kolegama te osobnom razvoju.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Sposobnost prepoznavanja i reagiranja na individualne potrebe učenika/osoba s kojima se radi.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Ostvarivanje ciljeva predmeta.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari Svrha, predmet i zadaci pedagogije. Društveno-povijesna dimenzija pedagogije. (2P) Komunikacija u odgoju i obrazovanju (2P+2S) Moć i granice odgoja (2P+2S) Proces i subjekti odgoja (2P+2S) Odgojni ciljevi (2P+2S) Stilovi odgoja (2P+2S) Odgojni autoriteti (2P+2S) Temeljna odgojna područja (tjelesni, intelektualni, moralni, socijalno-emocionalni, radni odgoj) (2P+2S) Područja ostvarivanja odgoja (odgoj u obitelji, predškolski odgoj, odgoj u školi, sportskom klubu) (2P+2S) Metode i sredstva odgoja u nastavi (2P+2S) Samoodgoj I (optimizam, sreća) (2P+2S) Samoodgoj II (pozitivno mišljenje, životni ciljevi) (2P+2S) Socijalne kompetencije i prosocijalno ponašanje (2P+4S) Odgoj i mediji (2P+2S) Nasilje nad djecom i među djecom (2P+2S)		
Obveze studenata			



Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	50%	2	pismeni ispit	37.5%	1.5
	seminarski rad	12.5%	0.5	ukupno	4.0 ECTS	
Obvezna literatura	1. Miljković, D. (2009.). Pedagogija za sportske trenere. Zagreb: Društveno veleučilište i Kineziološki fakultet 2. Vukasović, A. (2001.). Pedagogija. VII. izdanje. Zagreb: Hrvatski katolički zbor „MI“					
Dopunska literatura	1. Bratanić, M. (2002.). Paradoks odgoja. Zagreb: Hrv. Sveučilišna naklada. 2. Miljković, D., Rijavec M. (2009.). Razgovori sa zrcalom. Zagreb: IEP-D2. 3. Miljković, D., Rijavec M. (2004.). Tri puta do otoka sreće. Zagreb: IEP-D2. 4. Rijavec, M., Miljković, D. (2006.). Tko su dobri ljudi. Zagreb: IEP-D2. 5. Silov, M. (2003.). Pedagogija. Zagreb: Persona.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



RITMIČKA GIMNASTIKA (123697)

nositeljica predmeta		prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	
kancelarija		173	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		gordana.furjan-mandic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658773	
nastavnica		doc. dr. sc. Josipa Radaš	
kancelarija		168	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		josipa.radas@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658768	
vanjska suradnica		mr. sc. Melita Kolarec	
e-mail		melita.kolarec@gmail.com	
vanjska suradnica		Marita Ukić, mag. cin.	
e-mail		marita.ukic21@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	VI. – ljetni	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	Bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (TTP) dvorana H (V) dvorana H – ovisno o epidemiološkim mjerama – (P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (TPP i V) hibridnom kontakt nastavom od 120 minuta – dvorana za ritmičku gimnastiku i ples		
način izvođenja nastave	75 sati = 15P + 30S + 30V + mješovito e-učenje + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	190 – 200
ciljevi predmeta	Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja o strukturama kretanja i metodama poučavanja u ritmičkoj gimnastici te njihova primjena u edukaciji, rekreaciji i sportu.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za provođenje nastavnih tema iz ritmičke gimnastike predviđenih planom i programom TZK u osnovnim, srednjim školama i fakultetima. Osim razumijevanja teorijskih osnova sposobni su demonstrirati elemente tehnike i methodske vježbe za učenje određenih elemenata tehnike ritmičke gimnastike te organizirati školska natjecanja i voditi ekipe na međuškolska i sveučilišna natjecanja iz ritmičke gimnastike i osmisliti koreografiju za školske priredbe.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će tijekom nastave svladati: <ul style="list-style-type: none">- tehniku izvođenja i methodske vježbe za usvajanje osnovnih tjelesnih elemenata u ritmičkoj gimnastici;- tehniku za izvođenja i methodske vježbe za usvajanje osnovnih elemenata s loptom;- tehniku za izvođenja i methodske vježbe za usvajanje osnovnih elemenata s vijačom;- tehniku za izvođenja i methodske vježbe za usvajanje osnovnih elemenata s obručem;- tehniku za izvođenja i methodske vježbe za usvajanje osnovnih elemenata s čunjevima;- tehniku za izvođenja i methodske vježbe za usvajanje osnovnih elemenata s trakom;- specifične opće pripremne vježbe u ritmičkoj gimnastici;- osnovne vježbe klasičnog baleta koje se koriste u svrhu „zagrijavanja“ i u kondicijskoj pripremi u ritmičkoj gimnastici;		



	<ul style="list-style-type: none">- analizu i primjenu glazbe pri izradi koreografije individualnih i grupnih vježbi u ritmičkoj gimnastici;- poznavanje osnovnih pravila ritmičke gimnastike.					
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Teorijska predavanja</p> <ol style="list-style-type: none">1. Povijest i organizacija ritmičke gimnastike. Aplikacijske vrijednosti i primjena ritmičke gimnastike u edukaciji, sportu, rekreaciji, kineziterapiji. (3P)2. Pravila ritmičke gimnastike. Natjecanja (školski i sportski program) – pravila. (2P)3. Strukturalna i biomehanička analiza kretnih struktura i kretanja sprava (vijača, обруч, lopta, čunjevi, traka) (2P)4. Metodički postupci učenja tjelesnih elemenata ritmičke gimnastike (hodanja, trčanja, plesni koraci, zamasi, kruženja, valovita gibanja, osmice, poskoci, skokovi, okreti i piruete, ravnoteže i akrobatski elementi) (2P)5. Metodički postupci učenja elemenata sa svim spravama (vijača, обруч, lopta, čunjevi i traka) te njihova primjena u nastavnom procesu (3P)6. Specifične vježbe (klasični balet) uvođenja i pripreme u nastavnom procesu (1P)7. Analiza glazbe i realizacija ritmičkih vrijednosti. Osnove koreografije individualnih i grupnih vježbi. (2P) <p>Teorijsko-praktična predavanja i vježbe (svaka tema se obrađuje 2TPP+2V)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Poze, hodanja, trčanja, galop, poskoci i opće pripremne vježbe u ritmičkoj gimnastici, vježbe baleta (osnovne pozicije ruku i nogu)2. Vježbe baleta (demi plie, grand plie, releve), zamasi, valoviti pokreti rukama, plesni koraci u ritmičkoj gimnastici3. Vježbe baleta (battement tendu simple battement jete), okreti i piruete4. Vježbe baleta (grand battement, changement), bočni i čeonni val tijelom5. Vježbe baleta (battement fondu, frappes), skokovi (daleko-visoki, jelenji)6. Vježbe baleta (port de bras), skokovi (škare naprijed i nazad, škare s okretom, mačji skok i mačji s okretom 360°)7. Ravnoteže, skokovi s udarcem i kozački skok8. Akrobatski elementi u ritmičkoj gimnastici, realizacija notnih vrijednosti9. Osnovni elementi tehnike s loptom10. Osnovni elementi tehnike s vijačom11. Osnovni elementi tehnike s обруčem12. Osnovni elementi tehnike s čunjevima13. Osnovni elementi tehnike s trakom14. Slaganje individualne vježbe u ritmičkoj gimnastici15. Slaganje grupne vježbe u ritmičkoj gimnastici					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	kolokvij	34%	2	pismeni ispit	33%	2
	praktični ispit	33%	2	ukupno	6.0 ECTS	
Obvezna literatura	1. Wolf-Cvitak, J. (2004). Ritmička gimnastika. Kugler. 2. Furjan-Mandić, G. (2007). Ritmička gimnastika. Priručnik. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
Dopunska literatura	1. FIG Pravilnik za ocjenjivanje ritmičko-sportske gimnastike. Federation International of Gymnastic. 2. Jastrjemskaia, N., Titov, Y. (1998). Rhythmic Gymnastics. Champaign: Human Kinetics. 3. Lomšek-Macura, U., Vajngerl, B. (1999). Prvi koraci v ritmični gimnastiki. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.					



Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.
-----------------------------	-----------------------------



SPORTOVI NA VODI (123698)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	
kancelarija		140/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		nikola.prlenda@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658703	
vanjski suradnik		Mario Janković, prof.	
e-mail		mario.jankovic65@gmail.com	
vanjski suradnik			
e-mail			
vanjski suradnik			
e-mail			
vanjski suradnik		Mladen Vladetić, mag.cin.	
e-mail		mladenvladetic@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	VI. – ljetni	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	Bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica P9 (TPP) i (V) terenska nastava na Jarunu i moru – ovisno o epidemiološkim mjerama – (P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (TPP i V) nastavom na Jarunu i moru		
način izvođenja nastave	60 sati = 12P + 24S + 24V + terenska nastava	očekivani broj studenata na predmetu	180 – 200
ciljevi predmeta	Ponuditi studentima temeljna teorijska i praktična znanja o strukturama gibanja, metodama poduke, učenja i vježbanja sastavnica predmeta Sportovi na vod i- Jedrenje, Jedrenje na daski, Veslanje, Kajak-kanu, te ukazati na aplikacijske vrijednosti nabrojanih sportova u području edukacije, rekreacije i agonistike.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- temeljna teoretsko-motorička znanja i vještine potrebne u realizaciji Osnova programskih sadržaja Jedrenja, Jedrenja na dasci i veslanja u odgojno-obrazovnom procesu tjelesne i zdravstvene kulture;- znanja i vještine potrebna u demonstraciji osnovnih elemenata tehnike programskih sadržaja Jedrenja, Jedrenja na daski i veslanja.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će tijekom nastave ovladati: <ul style="list-style-type: none">- temeljima osnovne tehnike upravljanja: jedrilicom, daskom za jedrenje, veslačkim čamcem i kajak-kanuom;- metodskim vježbama za učenje osnovnih elemenata tehnike upravljanja jedrilicom višesjedom, školskom daskom za jedrenje jarbolnom tehnikom, gigom i turističkim kajak-kanuom;- temeljima maritimne kulture;- izbjegavanjem sudara na moru;- osnovnim vjetrovima na Jadranu.		
Sadržaj predmeta detaljno	Teorijska predavanja 1. Razvoj jedrenja, jedrenja na dasci i veslanja kod nas i u svijetu te njegova organiziranost (2P)		



razrađen prema satnici nastave	<p>2. Aplikacijske vrijednosti i prednosti jedrenja, jedrenja na dasci i veslanja (edukacija, rekreacija, i sportsko stvaralaštvo) (2P)</p> <p>3. Sistematizacija elemenata tehnike i Strukturalna i biomehanička analiza bazičnih gibanja u jedrenju, jedrenju na dasci i veslanju obzirom na klase i discipline (2P)</p> <p>4. Aero i hidrodinamika, propulzija, vjetrovi na Jadranu, sigurnosna plovidba (3P)</p> <p>5. Relevantnost motoričkih, morfoloških, funkcionalnih, kognitivnih, konativnih dimenzija čovjeka u procesu obuke i realizacije jedrenja, jedrenja na dasci i veslanja (3P)</p> <p>Teorijsko-praktična predavanja i vježbe</p> <p>1. Osnovni elementi tehnike u jedrenju (višesjed):</p> <ul style="list-style-type: none">- priprema jedrilice i jedrilja (1TPP+1V)- isplovljavanje, pristajanje (1TPP+1V)- upravljanje kormilom (motor + jedro) (1TPP+1V)- prihvaćanje, otpadanje (2TPP+2V)- letanje (2TPP+2V)- kruženje (2TPP+2V)- jedrenje uz vjetar; jedrenje niz vjetar; jedrenje bočnim vjetrom, jedrenje polukrmenim vjetrom i krmenim vjetrom (1TPP + 1V) <p>2.Osnovni elementi tehnike u jedrenju na daski</p> <ul style="list-style-type: none">- priprema daske i jedrilja (1TPP+1V)- privikavanje na dasku bez jedrilja i s jedriljem; okret u mjestu (180 – 360 stupnjeva) (2TPP+2V)- start (2TPP+2V)- okret uz vjetar (2TPP+2V) <p>3.Osnovni elementi tehnike u veslanju (gig)</p> <ul style="list-style-type: none">- Priprema veslačkog čamca gig (1TPP+1V)- Upravljanje čamcima (2TPP+2V)- Okretanje u mjestu, zaveslaj (faze) (1TPP+1V) <p>4.Osnovni elementi tehnike u kajak-kanu</p> <ul style="list-style-type: none">- Priprema veslačkih čamaca gig (1TPP+1V)- Upravljanje čamcima (1TPP+1V)- Okretanje u mjestu, zaveslaj (faze) (1TPP+1V)					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	40%	2	pismeni ispit	30%	1.5
	praktični ispit	20%	1	usmeni ispit	10%	0.5
				ukupno	5.0 ECTS	
Obvezna literatura	<p>1. Bond, B. (1980). Sve o jedrenju. Zagreb: Mladost.</p> <p>2. Prlenda, N. (2019). Jedrenje i jedrenje na dasci. Nastavni materijal</p> <p>3. Korner, T., Schwanitz, P. (1985). Rudern. Berlin: Sportvelag. (Prijevod u izdanju Veslačkog Saveza Hrvatske, 1987)</p> <p>4. Oreb, G. (1986). Naučimo jedriti na dasci. Zagreb: Komisija za udžbenike i skripte Fakulteta za fizičku kulturu.</p>					
Dopunska literatura	<p>1. http://www.sailing.org/classesandequipment/olympic/index.php</p> <p>2. http://www.hjs.hr/</p> <p>3. http://www.veslanje.hr/</p> <p>4. ISAF/HJS. (2016-2020). Pravila jedriličarskih natjecanja. Regatna pravila</p> <p>5. Dillon, S. P. & Oyen, J.(2009). Kayaking. USA: American Canoe Association</p> <p>6. Conner, D. & Levitt, M.(1997). Naučite jedriti. Zagreb: Gandalf d.o.o.</p>					



	7. Bornhoft, S.(2003). Jedrenje na dasci. Zagreb: Znanje
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



SPORTOVI S REKETOM (123699)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros	
kancelarija		43	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		petar.barbaros.tudor@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658643	
nastavnica		izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović	
kancelarija		115	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		lidija.petrinovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658715	
vanjski suradnici		Zlatan Bilić, mag.cin	
e-mail		zlatan013@yahoo.com	
vanjska suradnica		Anja Benjak, mag.cin	
e-mail		benjakica@yahoo.com	
vanjski suradnici		dr. sc. Dario Novak	
e-mail		dario.novak@kif.unizg.hr	
vanjski suradnici		Tihomir Mostovac mag.mngmt.	
e-mail		stk.tis@zg-t-com.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	VI. – ljetni	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	Bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A2 (TPP) i (V) 1/3 dvorane / teniski tereni – ovisno o epidemiološkim mjerama – (P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (TPP i V) hibridnom kontakt nastavom od 120 minuta – 1/3 velike dvorane / teniski tereni		
način izvođenja nastave	60 sati = 12P + 24S + 24V + terenska nastava	očekivani broj studenata na predmetu	200 – 220
ciljevi predmeta	Stjecanje osnovnog teoretskog i praktičnog znanja studenata iz sportova s reketom – tenis, badminton, stolni tenis.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Stjecanje osnovnih informacija iz područja povijesti i razvoja tenisa, badmintona, stolnog tenisa i squasha. Vrste reketa i podloga. Način izbora opreme. Pravila igre i osnove terminologije u sportovima s reketom. Utjecaj primjene pojedinih sportova s reketom na promjene dimenzija psihosomatskog statusa. Biomehanička analiza osnovnih elemenata tehnike i njihova praktična poduka. Upoznavanje s varijacijama izvođenja pojedinih elemenata tehnike iz tenisa, badmintona i stolnog tenisa. Usvajanje praktičnog znanja o optimalnim metodičkim postupcima prilikom poučavanja osnovnih elemenata tehnike tenisa, badmintona i stolnog tenisa. Upoznavanje s osnovama strategije i taktike u sportovima s reketom.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu: - osnovne teorijske informacije o sportovima s reketom; - osnovna i specifična motorička znanja iz navedenih sportova; - praktično metodičko znanje o primjerenim postupcima poučavanja početnika; - osnovna strategijska i taktička znanja iz sportova s reketom. Navedeno ih osposobljava za:		



	<ul style="list-style-type: none">- osnove planiranja, programiranja i realizacije poduke tenisa;- osnove planiranja, programiranja i realizacije poduke badmintona;- osnove planiranja, programiranja i realizacije poduke stolnog tenisa;- poduku početnika o osnovama strategije i taktike u navedenim sportovima.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Teorijsko predavanje Uvodno predavanje sportova s reketom (1P)</p> <p>Teorijska predavanja TENIS</p> <ol style="list-style-type: none">1. Povijest, pravila i sustavi natjecanja u tenisu (1P)2. Kineziološka analiza forhend, bekend udarca i servis udarca (1P)3. Kineziološka analiza izvođenja voleja i smeša (1P)4. Antropološka analiza tenisa i tehničko taktička primjena udaraca u igri (1P) <p>Teorijska predavanja BADMINTON</p> <ol style="list-style-type: none">1. Povijest, pravila i sustavi natjecanja u badmintonu (1P)2. Kineziološka analiza udaraca iznad glave (lob, drop, smeš) (1P)3. Kineziološka analiza udaraca izvedenih zamahom reketa ispod struka i analiza servisa (forhend, bekend, dugi i kratki) (1P)4. Tehničko taktička primjena udaraca u igri (1P) <p>Teorijska predavanja STOLNI TENIS</p> <ol style="list-style-type: none">1. Povijest, pravila i sustavi natjecanja, kineziološka analiza servis udarca (1P)2. Kineziološka analiza forhend i bekend udarca (1P)3. Antropološka analiza stolnog tenisa (1P)4. Tehničko taktička primjena udaraca u igri (1P) <p>Teorijsko-praktična predavanja i vježbe TENIS</p> <ol style="list-style-type: none">1. Način poduke i izvođenja forhend udarca (1,5TPP)2. Način poduke i izvođenja bekend udarca (1,5TPP)3. Način poduke i izvođenja servis udarca (2TPP)4. Način poduke i izvođenja forhend volej udarca (1TPP)5. Način poduke i izvođenja bekend volej udarca (1TPP)6. Način poduke i izvođenja smeš udarca (1TPP)7. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci forhend udarca (1,5V)8. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci bekend udarca (1,5V)9. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci servis udarca (2V)10. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci forhend volej i bekend volej udarca (1V)11. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci smeš udarca (1V)12. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci osnova primjene tehnike u taktici tenisa (1V) <p>Teorijsko-praktična predavanja i vježbe BADMINTON</p> <ol style="list-style-type: none">1. Način poduke i izvođenja forhend udaraca zamahom reketa iznad glave (lob, drop, smeš) (1TPP)2. Način poduke i izvođenja bekend udaraca (lob, drop) (1TPP)3. Način poduke i izvođenja servisa (forhend, bekend, dugi i kratki) (1TPP)4. Način poduke i izvođenja udaraca na mreži (1TPP)5. Način poduke i izvođenje kretanja na terenu (pojedinačna, parska igra, mješoviti parovi) (2TPP)6. Način poduke i izvođenja osnovnih tehničko-taktičkih varijanti u igri (2TPP)



	<ol style="list-style-type: none">7. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci forhend udaraca zamahom reketa iznad glave (lob, drop, smeš) (2V)8. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci bekend udaraca (lob, drop) (1V)9. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci servisa (forhend, bekend, dugi i kratki) (1V)10. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci izvođenja udaraca na mreži (1,5V)11. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci kretanja na terenu (pojedinačna, parska igra, mješoviti parovi) (1V)12. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci osnova primjene tehnike u taktici badmintona (1,5V) <p>Teorijsko-praktična predavanja i vježbe STOLNI TENIS</p> <ol style="list-style-type: none">1. Način poduke i izvođenja servis udarca (1TPP)2. Način poduke i izvođenja forhend udarca (1,5TPP)3. Način poduke i izvođenja bekend udarca (1,5TPP)4. Način poduke i izvođenja različitih rotacija (2TPP)5. Način poduke i izvođenja osnovnih tehničko-taktičkih varijanti u igri (2TPP)6. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci servis udarca (1V)7. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci forhend udarca (1V)8. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci bekend udarca (1V)9. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci različitih rotacija (1V)10. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci primjene servis tehnike u taktici stolnog tenisa (2V)11. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci primjene forhend i bekend tehnike u taktici stolnog tenisa (2V)					
Obveze studenata	Redovito pohađanje teoretske i praktične nastave, zalaganje i aktivan rad na nastavi.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	33%	1.5	pismeni ispit	17%	0.75
	kolokvij	17%	0.75	usmeni ispit	33%	1.5
	ukupno					4.5 ECTS
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. DTB (1992). TENIS – od početnika do majstora. Zagreb: Mladinska knjiga. (Redigirao: B.Neljak.)2. DBF. Badminton u školi (2000). Hrvatski badmintonski savez (prema izdanju njemačkog badmintonskog saveza).3. Kondrič, M., Hudetz, R., Furjan-Mandić, G. (2010). Osnove stolnoga tenisa. Sveučilišni udžbenik. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. ISBN-10 953-317-004-6; ISBN-13 978-953-317-004-6					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Dugandžić, M., Neljak, B., Barbaros Tudor, P., Pavlović, G. (2010). Plan i program škole tenisa za učenike od 7 do 10 godina. Hrvatski teniski savez i Zbor teniskih trenera Hrvatske (program tenisa kao izvanškolske aktivnosti, verificirano od strane MZOS-a).2. Petrić, D. (1995). Badminton u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnoj školi. u: Findak, V. (ur.) Zbornik radova 4. ljetne škole pedagoga fizičke kulture Republike Hrvatske.3. Hudetz, R. (2000). Stolni tenis, tehnika sa Vladimirom Samsonovom. Zagreb: Huno sport.4. Proceedings book of the 10th Anniversary ITTF Sports Science Congress (2007). Kondrič, M., Furjan-Mandić, G. (ur.), 10th International table tennis sports science congress, Zagreb, May 18th-20th, 2007. Zagreb: University of Zagreb, Faculty of					



	<p>kinesiology: Croatian table tennis association: International table tennis association. ISBN 978-953-6378-69-2. http://sportikus.kif.hr/~ittfcongress/index.htm.</p> <p>5. Filipčić, A., Filipčić, T. (2003). Tenis: učenje. Dopunjena izd. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport. ISBN961-6405-48-9.</p>
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



SPORTSKO PLIVANJE (162566)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Goran Leko	
kancelarija		177	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		goran.leko@kif.hr	
telefon		+38513658777	
vanjski suradnik		Bartol Vukelić, mag.cin.	
e-mail		bartol.vukelic@kif.unizg.hr / bartol30495@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obavezan
Semestar	VI. - ljetni	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	Znanje plivanja provjereno na razredbenom postupku.	bodovna vrijednost	3.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (TPP i V) bazen Mladost – ovisno o epidemološkim mjerama (P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu (TPP i V) nastavom na bazenu Mladost		
način izvođenja nastave	60 sati = 12P + 24S + 24V + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	190 - 210
ciljevi predmeta	Usvojiti potrebna teorijska i pratična znanja o svim tehnikama plivanja sa pripadajućim startovima i okretima te njihovu primjenu u edukaciji, rekreaciji i sportu. U teorijskom dijelu cilj je upoznati studente s pravilima svake pojedine tehnike, kineziološkoj analizi i povijesti svake tehnike..		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teoretska i praktična znanja o svim tehnikama plivanja. Stečena znanja i sposobnosti će biti dobra osnova za ostale nastavne sadržaje kao što su vaterpolo, sinkro plivanje i ronjenje. Ovakvi ishodi omogućiti će završenim studentima svestranost u provedbi programa tjelesne i zdravstvene kulture u školama i fakultetima, sportskim udrugama ili klubovima.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Ishodi učenja na razini predmeta: 1. Analiza i usvajanje pravilne tehnike plivanja kraul načinom sa pripadajućim startom i okretom 2. Analiza i usvajanje pravilne tehnike plivanja leđnim načinom sa pripadajućim startom i okretom 3. Analiza i usvajanje tehnike plivanja prsnom načinom s pripadajućim startom i okretom 4. Analiza i usvajanje tehnike plivanja dupin načinom s pripadajućim startom i okretom 5. Analiza i usvajanje mješovitog plivanja (individualnog i mješovitog) 6. Transformacija specifičnih motoričkih sposobnosti u vodi (brzina i izdržljivost)		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja Biomehaničke osnove sportskog plivanja (2P) Kraul tehnika: Povijest, pravila, kineziološka analiza, video analiza tehnike (2P) Leđna tehnika: Povijest, pravila, kineziološka analiza, video analiza tehnike (2P) Prsna tehnika: Povijest, pravila, kineziološka analiza, video analiza tehnike (2P) Dupin tehnika: Povijest, pravila, kineziološka analiza, video analiza tehnike (2P) Mješovito plivanje: Povijest, pravila, kineziološka analiza, video analiza tehnike (2P) Teoretsko praktična predavanja i vježbe 1. Kraul noge – demonstracija, analiza, poučavanje (1TP + 1V) 2. Kraul ruke - demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 3. Kraul koordinacija _ demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 4. Kraul start - demonstracija, analiza i poučavanje (TP + 1V)		



	5. Kraul okret - demonstracija, analiza i poučavanje (TP + 1V) 6. Leđno noge - demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 7. Leđno ruke - demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 8. Leđno koordinacija - demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 9. Leđno start - demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 10. Leđno okret - demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 11. Prsno noge – demonstracija, analiza, poučavanje (1TP + 1V) 12. Prsno ruke - demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 13. Prsno koordinacija _ demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 14. Prsno start - demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 15. Prsno okret - demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 16. Dupin noge - demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 17. Dupin ruke - demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 18. Dupin koordinacija - demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 19. Dupin start - demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 20. Dupin okret - demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 21. Mješovito plivanje - demonstracija, analiza i poučavanje (1TP + 1V) 22. Mješovito start (1TP + 1V) 23. Mješovito okreti (1TP + 1V) 24. Štafete (1TP + 1V)					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	7%	0.25	pismeni dio ispita	43%	1.5
	praktični dio ispita	43%	1.5	praktični rad	8%	0.5
	motoričke sposobnosti – brzo plivanje	7%	0.25	ukupno	3.5 ECTS	
Obvezna literatura	1. Volčanšek, B. (1996). Sportsko plivanje. Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. Zagreb. 2. Leko, G. (2008). Slobodni način plivanja: Sveučilišni priručnik. Promo FIT, Zagreb 3. FINA pravila Hrvatski plivački savez - dokumenti					
Dopunska literatura	1. Leko, G., Zoretić, D. (2009). Utjecaj nastave plivanja po bolonjskom sustavu na razvoj brzine plivanja na 50 m kraul tehnikom. 18 Ljetna škola kineziologa. Poreč. 2. Maglischo, E.W. (2003) Swimming Fastest. Human Kinetics. California. 3. Volčanšek, B. (1985). Plivačke tehnike. Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. Zagreb. 4. Nastavni materijal u elektronskom obliku					
Način praćenja kvalitete	Kontinuirano praćenje kroz parcijalne dijelove ispita (svaka tehnika posebno)					



RASPORED ISPITNIH ROKOVA za 3. godinu u ak. god. 2020./2021.

--



IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 4. GODINE STUDIJA KINEZILOGIJE

KOORDINATOR 4. GODINE

dr. sc. MARIJO MOŽNIK	
kancelarija	178
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom
e-mail	marijo.moznik@kif.unizg.hr
telefon	+38513658178

VII. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
123700	Didaktika	izv. prof. dr. sc. Marina Đuranović	45	15		4.0
123701	Ekonomika i menadžment sporta	izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	45		15	4.0
31106	Kineziološka metodika u predškolskom odgoju	izv. prof. dr. sc. Vatroslav Horvat	15	15	15	4.5
123704	Opća kineziološka metodika	prof. dr. sc. Igor Jukić	45	30		6.5
123703	Tjelesna aktivnost i zdravlje	doc. dr. sc. Danijel Jurakić	30		30	4.0
UKUPNO			180	60	60	23

IZBORNI PREDMETI VII. SEMESTRA

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
123761	Audiovizualna sredstva u sportu	prof. dr. sc. Ljubomir Antekolović	6	12	12	2.0
123763	Badminton	izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović	6	12	12	2.0
123765	Kineziološka orijentacija i selekcija	prof. dr. sc. Goran Sporiš,	20		10	2.0
31125	Komunikacija u odgoju i obrazovanju	doc. dr. sc. Nevenka Maras	15	15		2.0
31126	Kondicijska priprema djece i mlađih sportaša	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	15	15		2.0
123767	Mini košarka	prof. dr. sc. Damir Knjaz	6	12	12	2.0
123770	Ronjenje na dah	doc. dr. sc. Dajana Karaula	6	12	12	2.0
123774	Skijaško trčanje	izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski	6	12	12	2.0
123776	Sportski programi za djecu predškolske dobi	izv. prof. dr. sc. Željko Hraski	6	12	12	2.0
123779	Strateško programiranje u sportu	doc. dr. sc. Dario Škegro	15	15		2.0
studenti u ovom semestru upisuju 2 izborna predmeta			4 ECTS			



PREDMETI IZBORNIH SMJEROVI VII. SEMESTRA

Šifra predmeta	PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
123720	Kineziološka analiza u hrvanju	izv. prof. dr. sc. Mario Baić	30		30	7.0
123722	Kineziološka analiza u jedrenju	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	30		30	7.0
162553	Kineziološka analiza u kajakaštvu	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	30		30	7.0
123754	Sportsko-rekreacijska medicina	izv. prof. dr. sc. Marija Rakovac	50		10	7.0
123756	Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka I	oc.d dr. sc. Tatjana Trošt Bobić	15	45		7.0
123746	Kineziološka analiza u kondicijskoj pripremi sportaša	doc. dr. sc. Daniel Bok	30		30	7.0
123725	Kineziološka analiza u košarci	prof. dr. sc. Damir Knjaz	30		30	7.0
123729	Kineziološka analiza u nogometu	doc. dr. sc. Valentin Barišić	30		30	7.0
162554	Kineziološka analiza u plesu	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	30		30	7.0
123733	Kineziološka analiza u plivanju	doc. dr. sc. Klara Šiljeg	30		30	7.0
123739	Kineziološka analiza u skijanju	prof. dr. sc. Bojan Matković	30		30	7.0
123759	Osnove organizacije i menadžmenta	doc. dr. sc. Ivana Nečinović Braje	45	15		7.0
predmet/i izbornih smjerova			7 ECTS			



DIDAKTIKA (123700)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Marina Đuranović	
e-mail		marina.djuranovic@kif.unizg.hr	
nastavnica		doc. dr. sc. Ana Žnidarec Čučković	
kancelarija		141/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ana.znidarec-cuckovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658741	
suradnica		dr. sc. Jelena Pavičić Vukičević	
e-mail			
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	4.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P i S) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsa		
način izvođenja nastave	60 sati = 45P + 15S + samostalni zadaci + mješovito e-učenje + mentorski rad	očekivani broj studenata na predmetu	160 - 165
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za samostalno organiziranje, ostvarivanje i vrednovanje nastavnog procesa i učeničkih postignuća. Steći kompetencije za samostalno i učinkovito profesionalno djelovanje.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- Konstruktivan doprinos školskom planiranju i odlučivanju;- sposobnost prilagodbe kurikuluma i nastavnih materijala zahtjevima specifičnog društvenog okruženja;- sposobnost prepoznavanja i reagiranja na individualne potrebe učenika;- sposobnost kreiranja primjene različitih strategija za praćenje i vrednovanje ishoda i procesa učenja;- znanje i vještine upravljanja razredom i procesima učenja i poučavanja;- osposobljenost za primjenu kvantitativnih i kvalitativnih metoda u pedagoškim istraživanjima (u odgoju i obrazovanju);- sposobnost prepoznavanja i reagiranja na individualne potrebe učenika;- osposobljenost za timski rad;- osposobljenost za kvalitetnu suradnju sa zajednicom/institucijama/gospodarstvom radi upoznavanja učenika sa svijetom izvan škole;- osposobljenost za uvažavanje i prihvaćanja različitosti, građanstvo i demokraciju i promišljanje vlastitog vrijednosnog okvira.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Kolegij Didaktika treba studentima omogućiti stjecanje teorijskih znanja i vještina iz područja nastave i učenja, odnosno kompetencija:- za lakše snalaženje u konkretnim školskim i nastavnim situacijama;- za razumijevanje predmetnog kurikuluma i njegovog razvoja u kontekstu školskog i nacionalnog kurikuluma;- za organiziranje i realizaciju nastave predmeta za koji se obrazuju;- za izbor i primjenu učinkovitih nastavnih strategija, metoda i postupaka;- za komuniciranje i suradnju s roditeljima i lokalnom zajednicom;		



	- za izradu i razvoj nastavnog kurikuluma.
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja i seminari</p> <ol style="list-style-type: none">1. Uvod u didaktiku: određenje pojma, utemeljitelji, zadaci (2P)2. Povijesni razvoj didaktičke misli u svijetu i u Hrvatskoj (2P)3. Temeljni didaktički pojmovi: poučavanje, obrazovanje, izobrazba, odgoj, edukacija, odgojno-obrazovni proces, socijalizacija, školovanje, neformalno obrazovanje, samoobrazovanje, učenje, iskustveno učenje (2P + 1S))4. Didaktičke teorije. Didaktika i druge znanosti. Analiza dosadašnje (ne)učinkovitosti odgoja i obrazovanja (posebno poučavanja i učenja) i promišljanje vizije i uvjeta za kvalitetnije obrazovanje (uvjeti: psihološki, pedagoški, programsko organizacijski, didaktičko-metodički, sociološki). (2P + 1S)5. Teorija kurikuluma (povijesni pristup, određenje pojma, kurikulumski plan, teorija sustava i kurikulum, teorijski koncept škole kao polazište za izradu kurikuluma, kurikulum prema razinama pripreme i primjene). Konceptije kurikuluma: humanistički, funkcionalistički, zatvoreni, otvoreni...(2P + 1S))6. Utvrđivanje odgojno-obrazovnih potreba – situacijska analiza: ciljevi (ishodi) kurikuluma – učeničke ključne kompetencije; (2P + 1S))7. Odabir i raspored nastavnih sadržaja; Uvjeti za realizaciju kurikuluma i organizacija nastave – (nastavne metode i strategije – informativno) (2P + 1S)8. Vrednovanje učeničkih postignuća i kurikuluma, razvoj kurikuluma. Hodogram izrade školskog i nastavnog kurikuluma. (2P + 1S)9. Nastavni čimbenici (učenik, učitelj, nastavni sadržaji, obrazovna tehnologija) (2P + 1S)10. Komunikacija u nastavi. (2P + 1S)11. Planiranje i programiranje, zadaci nastave (materijalni, funkcionalni, odgojni) (2P + 1S)12. Mikrostrukturne komponente nastave:<ul style="list-style-type: none">- materijalno-tehnička i psihološka (2P)- spoznajna komponenta nastave i nastavne metode (prvi dio) (2P)- nastavne metode (drugi dio) (2P + 1S)13. Makrokomponente nastave i učenja:<ul style="list-style-type: none">- pripremanje i uvođenje, prijam i obrada nastavnih sadržaja (2P)- ponavljanje, vježbanje (2P + 1S)- vrednovanje (praćenje, provjeravanje, ocjenjivanje). (2P)14. Strategije (sustavi) poučavanja i učenja:<ul style="list-style-type: none">- problemska nastava, heuristička nastava, programirana nastava (2P)- projektna nastava, suradnička nastava (2P + 1S)- timska nastava, mentorska nastava... (2P + 1S)15. Organizacijski oblici nastave (individualni rad, rad u parovima, grupni rad, frontalni rad). Didaktička (nastavna) načela. (2P)16. Pripremanje učenika i učitelja za nastavu i učenje – tehnike, postupci. Mediji u odgoju i obrazovanju. (2P + 1S)17. Alternativni pristupi u poučavanju. Uspješno upravljanje razredom i suradnja s roditeljima. Evaluacija odgojno-obrazovnih rezultata, evaluacija vlastitog rada. (2P + 1S) <p>Seminari (opaska): U izboru sadržaja sudjeluju studenti (izbor tema za seminarske radove, samostalno biranje aktualne strane literature za odgovarajuće didaktičke teme).</p>
Obveze studenata	Prisustvovanje nastavi i seminarima je obvezno (najmanje 70 %) i o tome se vodi evidencija. Studenti/ice kategorizirani/e kao vrhunski sportaši/ce imaju pravo na izostanke u skladu s odlukom Fakultetskog vijeća. To ih ne oslobađa svih drugih obveza u vezi kolegija. Izostanak



	zbog bolesti može se opravdati liječničkom potvrdom najkasnije dva tjedna nakon izostanka. U iznimnim slučajevima izostanak sa seminara može se nadoknaditi dolaskom u drugu seminarsku grupu – uz prethodnu najavu voditeljici/voditelju seminara. Uvjeti za dobivanje potpisa: redovito sudjelovanje na nastavi i ispunjavanje seminarskih obveza s kojima su studenti upoznati na početku semestra.					
Praćenje rada studenata	seminarski rad	10%	0.4	pismeni ispit	75%	3
	aktivnosti u seminaru	15%	0.5	ukupno	4.0 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Cindrić, M., Miljković, D., Strugar, V. (2010) Didaktika i kurikulum. Zagreb: IEP-D2.2. Miljković, D., Đuranović, M., Vidić, T. (2019). Odgoj i obrazovanje – iz teorije u praksu. Zagreb: IEP-D2 i UFZG.					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Bogнар, L., Matijević, M. (2002). Didaktika. Zagreb: Školska knjiga2. Rijavec, M., Miljković, D. (2004.). Vodič za preživljavanje u školi. Zagreb: IEP-D2.3. Rijavec, M., Miljković, D. (2010). Pozitivna disciplina u razredu. Zagreb: IEP-D2.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



EKONOMIKA I MENADŽMENT SPORTA (123701)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	
kancelarija		121	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		sanela.skoric@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658721	
vanjski suradnik		prof. dr. sc. Mato Bartoluci	
e-mail		mbartoluci@efzg.hr	
vanjska suradnica		Iva Todorčić, mag.oec.	
e-mail		ivatodori908@gmail.com	
vanjski suradnik		Filip Kernc, mag.oec.	
e-mail		filip@post.com	
vanjski suradnik		doc. dr. sc. Tomislav Globan	
e-mail		tgloban@efzg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	4.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P i V) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsa / predavaonica		
način izvođenja nastave	60 sati = 45P + 15V + seminari i radionice	očekivani broj studenata na predmetu	165 - 170
ciljevi predmeta	Cilj je ovog predmeta da studenti upoznaju metodologiju vrednovanja ekonomskih učinaka sporta i metodologiju za izradu poduzetničkih programa u sportu. Studenti trebaju steći znanja iz ekonomike i menadžmenta te znati mogućnost njihove primjene u području sporta.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti znanje i razumijevanje koncepata, principa i teorije iz područja ekonomike, menadžmenta i poduzetništva u sportu. Identificirati i analizirati mogućnosti provođenja poslovnih programa u području sporta.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- razumjeti i identificirati moguće ekonomske učinke sporta,- razumjeti i analizirati upotrebu resursa u sportskim organizacijama,- razumjeti ulogu menadžmenta u sportu i sportskim organizacijama,- analizirati poduzetničke programe iz područja sporta.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja <ol style="list-style-type: none">1. Uvod u ekonomiku sporta: predmet, cilj, zadaci ekonomike sporta, sadržaj i metode istraživanja. Odnos ekonomike sporta prema drugim ekonomskim disciplinama. (1P)2. Ekonomika sporta kao znanstveno-nastavna disciplina. Ekonomika sporta kao nastavna disciplina. Mjesto i uloga ekonomike sporta u ekonomskoj strukturi gospodarskih i društvenih djelatnosti. Odnos ekonomike sporta s neekonomskim disciplinama, posebno s kineziologijom. (2P)3. Valorizacija društvenih učinaka sporta. Temeljne značajke sporta. Organizacija sporta u sustavu društvenih djelatnosti: mjesto i uloga sporta u sustavu gospodarskih i društvenih djelatnosti. (2P)4. Pojam javnog dobra. Sport kao javno dobro. (2P)		



5. Financiranje sporta. Način i izvori financiranja sporta. Ekonomski procesi u sportu: sport kao ekonomska aktivnost, ekonomske funkcije sporta. (2P)
6. Ekonomika korištenja resursa u djelatnosti sporta. Pojam, vrste i uloga resursa u sportu. (2P)
7. Imovina u sportskim organizacijama. Pojam imovine. Vrste i karakteristike imovine u sportskim organizacijama. (2P)
8. Sportski objekti. Ekonomska osnova izgradnje, održavanja i korištenja sportskih objekata. Karakteristike sportskih objekata i opreme, ekonomska osnova izgradnje objekata, amortizacija sportskih objekata i opreme, održavanje i funkcioniranje objekata i opreme, ekonomika korištenja objekata i opreme. (2P)
9. Ekonomika rada u sportu. Rad kao čimbenik poslovnog procesa. Karakteristike rada u sportu. Plaćanje rada u sportu. Neka obilježja rada u hrvatskom sportu. (2P)
10. Upravljanje troškovima u sportu. Vrste troškova u poslovnom procesu. Troškovi i stupanj iskorištenja kapaciteta. (2P)
11. Osnove obračuna i raspodjele. Obračun i raspodjela u sportskim organizacijama. (2P)
12. Valorizacija ekonomskih učinaka sporta. Ekonomski učinci sporta kao društvene djelatnosti. Programi sportova kao osnova za ekonomsku valorizaciju. (2P)
13. Opći menadžment. Uvod u menadžment. Razvoj i funkcije menadžmenta. Odnos menadžmenta i poduzetništva. (2P)
14. Menadžment u sportu. Organizacija sporta prema područjima djelatnosti, struktura i broj sportskih organizacija. Razvoj i funkcije menadžmenta u sportu. Menadžeri u sportu. (2P)
15. Organizacija sporta na svjetskoj i europskoj razini. Sustav organizacije sporta. Međunarodna sportska udruženja. (2P)
16. Strateški menadžment. Obilježja strateškog menadžmenta. Primjena aktivnosti strateškog menadžmenta u sportskim organizacijama. (2P)
17. Poduzetništvo. Pojam poduzetništva. Razvoj poduzetništva. Karakteristike poduzetništva. Uloga poduzetništva u gospodarskom razvoju. (2P)
18. Poduzetništvo u sportu. Pojam i pojava poduzetništva u sportu. Osnove poduzetništva u sportu. Mogućnosti poduzetništva u hrvatskom sportu. (2P)
19. Metode za ocjenu ekonomske efikasnosti investicijskih i poduzetničkih projekata u sportu. Metode za ocjenu poduzetničkih projekata. Metodološke osnove poduzetničkih programa u sportu i komplementarnim djelatnostima. Ekonomska valorizacija različitih sportskih programa: nogometa, košarke, rukometa, plivanja i vaterpola, tenisa, golfa, sporta u turizmu, fitnes-programa i dr. (2P)
20. Opći marketing. Pojam marketinga. Obilježja društvenog marketinga. Osnovne koncepcije marketinga. (2P)
21. Marketing menadžment u sportu. Teorijske osnove marketinga u sportu: načela, ciljevi, funkcije marketinga. Marketinški miks u sportu: sportski proizvodi, cijena sportskih proizvoda, distribucija sportskih proizvoda, promocijske aktivnosti u području sporta. (2P)
22. Primjena marketinga u sportu. Planiranje sportskog marketinga. (2P)
23. Sponzorstvo u sportu. Pojam i karakteristike sponzorstva u sportu. Prava sponzora i sponzoriranih. (2P)

Vježbe

1. Uvod u ekonomiku sporta (1V)
2. Sport kao ekonomski proces. Zakon o sportu. Sportska djelatnost. Osobe u sustavu sporta. (2V)



	<ol style="list-style-type: none"> 3. Raspodjela u sportskim organizacijama. Karakteristike sportskih organizacija kao neprofitnih organizacija. Definiranje pojmova prihoda i rashoda. Izvori prihoda i rashoda u sportskim organizacijama. Financijski izvještaji. (2V) 4. Reprodukcijska dugotrajne imovine. Sredstva za rad. Trošenje imovine. Pojam i metode izračuna amortizacije. (2V) 5. Stupanj iskorištenja kapaciteta i kalkulacije cijena. Pojam kapaciteta. Izračun stupnja iskorištenosti kapaciteta. Pojam cijena. Metode izračuna cijena. (2V) 6. Ekonomska mjerila uspješnosti poslovanja. Proizvodnost rada. Ekonomičnost rada. Rentabilnost. Likvidnost. (2V) 7. Poduzetništvo u sportu. Primjer izrade poduzetničkih programa u sportu. (2V) 8. Menadžeri u sportu. Pojam menadžera u sportu. Uloga menadžera u sportu. Pojam vođenja u sportu. Karakteristike menadžera i vođa u sportu. (2V) 					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad u nastavi.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	0.25	2 kolokvija	75%	3
	radni zadatak	20%	0.75	ukupno	4.0 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bartoluci, M., Škorić, S. (2009). Menadžment u sportu. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet. 2. predavanja i vježbe 					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Downward, P., Dawson, A., Dejonghe, T. (2009). Sport Economics: Theory, Evidence and Policy. (e-knjiga) Oxford: Butterworth-Heinemann-Elsevier. 2. Beech, J., Chadwick, S. (ur.) (2010). Sportski menadžment.. (prijevod) Zagreb: MATE d.o.o. 					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KINEZILOŠKA METODIKA U PREDŠKOLSKOM ODGOJU (31106)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Vatroslav Horvat	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		vatroslavh@gmail.com	
poslijedoktorand		dr. sc. Hrvoje Podnar	
kancelarija		127	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		hrvoje.podnar@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658728	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obavezan
Semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz Kineziološke metodike, Didaktike, Pedagogije, Psihologije.	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P - S) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams / (V) – dvorana B		
način izvođenja nastave	45 sati = 15P + 15S + 15V + samostalni zadaci + mješovito e-učenje + mentorski rad	očekivani broj studenata na predmetu	170 - 175
ciljevi predmeta	Upoznati studente s provedbom svih oblika odgojno-obrazovnog rada u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi predškolskog odgoja. Upoznati studente s tipičnim motoričkim znanjima koja se provode u svim oblicima odgojno-obrazovnog rada u predškolskom odgoju: mlađoj, srednjoj i starijoj dobnj skupini djece predškolske dobi.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti stečena znanja iz Opće kineziološke metodike u odgojno-obrazovnom radu predškolskog odgoja. Upoznati studente s posebnostima provedbe vježbanja i primjerenim metodičkim postupcima kojima mogu optimalno utjecati na promjene kinantropoloških obilježja djece predškolske dobi. Osposobiti studente za kvalitetnu izradu pisane pripreme za sat tjelesne i zdravstvene kulture		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - poznavati obilježja rasta i razvoja djece predškolske dobi; - razlikovati sve oblike odgojno-obrazovnog rada u predškolskom odgoju; - poznavati kineziološke i nekineziološke igre djece predškolske dobi; - razlikovati vrste tjelesnog vježbanja djece predškolske dobi; - izraditi izvedbeni plan i program tjelesnog vježbanja djece predškolske dobi; - prilagoditi stečena znanja Opće kineziološke metodike u svim dobnim skupinama djece predškolske dobi; - primijeniti stečena znanja u svim dobnim skupinama djece predškolske dobi.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	PREDAVANJA (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata, osim teme pod red.brojem 8. koja se obrađuje 1 nastavni sat) 1. UVOD Rano djetinjstvo: predškolska dob (mlađa, srednja, starija). 2. OBILJEŽJA RASTA I RAZVOJA DJECE PREDŠKOLSKE DOBI Obilježja morfološkog razvoja. Obilježja razvoja motorike i motoričkih sposobnosti (faza refleksne aktivnosti, spontanih pokreta, osnovnih pokreta i kretnji, osnovne senzomotorike, osnovnih gibanja, preciznije senzomotorike, lateralizacije).		



3. **OBILJEŽJA RASTA I RAZVOJA DJECE PREDŠKOLSKE DOBI** Obilježja razvoja funkcionalnih sposobnosti. Obilježja spoznanog (kognitivnog) razvoja (osjeti i percepcija, pažnja i pamćenje, operativno mišljenje i rješavanje problema). Obilježja razvoja govora. Obilježja razvoja informiranosti. Obilježja emocionalnog razvoja (pozitivni emocionalni primjeri, osjećaj sigurnosti, doživljavanje izraza ljubavi, dobivanje priznanja, stjecanje raznolikog iskustva).
4. **KINEZIOLOŠKI SADRŽAJI TJELESNOG VJEŽBANJA DJECE PREDŠKOLSKE DOBI** Kineziološka motorička znanja (biotička motorička znanja (svladavanje prostora, prepreka, otpora, baratanja predmetima),. kineziološki prilagođena biotička motorička znanja, jednostavna kineziološka motorička znanja)
5. **KINEZIOLOŠKI SADRŽAJI TJELESNOG VJEŽBANJA DJECE PREDŠKOLSKE DOBI** Kineziološke igre (biotičke (spontane) igre, igre pretvaranja, stvaranja, igre s jednostavnijim pravilima, igre sa složenijim pravilima)
6. **VRSTE TJELESNOG VJEŽBANJA DJECE PREDŠKOLSKE DOBI** Jednostavne vrste tjelesnog vježbanja (spontano, tematsko, jutarnje vježbanje). Složene vrste tjelesnog vježbanja (sat igre, pokretna igra).
7. **VRSTE TJELESNOG VJEŽBANJA DJECE PREDŠKOLSKE DOBI** Složenije vrste tjelesnog vježbanja (sat tjelesne i zdravstvene kulture, sat tjelesnog vježbanja (sportske igraonice i sportski klubovi)). Ostale tjelovježbene aktivnosti djece predškolske dobi (šetnje i izleti, ljetovanja i zimovanja).
8. **PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE TJELESNOG VJEŽBANJA DJECE PREDŠKOLSKE DOBI** Izrada plana i programa rada (prikupljanje podataka o djeci i uvjetima rada, određivanje postavki plana i programa, cilj plana i programa, izbor programskih sadržaja, vrednovanje programskih sadržaja, raspodjela programskih sadržaja)

VJEŽBE (održavaju se u ustanovama predškolske dobi (nazivi ustanova s adresama u prilogu); nastavne teme navedene pod jednim rednim brojem izvode se 2 nastavna sata i pohađaju se u skupinama do deset (10) studenata sukladno članku 44. Državnog pedagoškog standarda (NN br. 63/2008))

1. Hospitacije – prikaz uzornog sata tjelesnog vježbanja djece mlađe predškolske dobi (najava programskih sadržaja i posebnosti rada, provedba i analiza sata)
2. Hospitacije – prikaz uzornog sata tjelesnog vježbanja djece srednje predškolske dobi (najava programskih sadržaja i posebnosti rada, provedba i analiza sata)
3. Hospitacije – prikaz uzornog sata tjelesnog vježbanja djece starije predškolske dobi (najava programskih sadržaja i posebnosti rada, provedba i analiza sata)
4. Prikaz kinezioloških sadržaja djece predškolske dobi (posebnosti organizacije i provedbe sadržaja za uvodni, pripremni i završni dio sata)
5. Prikaz kinezioloških sadržaja djece predškolske dobi (posebnosti organizacije i provedbe sadržaja za glavni A i B dio sata)
6. Organizacija mjerenja kinantropoloških obilježja djece predškolske dobi (posebnosti organizacije, prikaz mjernih instrumenata)
7. Provedba mjerenja kinantropoloških obilježja djece predškolske dobi (mjerenje morfoloških obilježja, motoričkih sposobnosti i motoričkih znanja)

SEMINARI (nastavne teme navedene pod jednim rednim brojem izvode se 2 nastavna sata)

1. Kineziološki sadržaji za rad s djecom mlađe skupine predškolske dobi
2. Kineziološki sadržaji za rad s djecom srednje skupine predškolske dobi
3. Kineziološki sadržaji za rad s djecom starije skupine predškolske dobi
4. Ne kineziološki sadržaji za rad s djecom mlađe skupine predškolske dobi
5. Ne kineziološki sadržaji za rad s djecom srednje skupine predškolske dobi



	6. Ne kineziološki sadržaji za rad s djecom starije skupine predškolske dobi					
	7. Izrada izvedbenog plana i programa rada za predškolske ustanove (prikupljanje podataka o djeci i uvjetima rada, određivanje postavki plana i programa, određivanje cilja i zadaća plana i programa)					
	8. Izrada izvedbenog plana i programa rada za predškolske ustanove (izbor, vrednovanje i raspodjela programskih sadržaja)					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	22%	1	pismeni ispit	22%	1
	seminarski rad	22%	1	usmeni ispit	34%	1.5
				ukupno		4.5 ECTS
Obvezna literatura	1. Neljak, B. (2012). <i>Kineziološka metodika u predškolskom odgoju</i> , recenzirani interni nastavni materijal, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu					
	2. Plan i program tjelesnog i zdravstvenog odgojno-obrazovnog područja u predškolskom odgoju (1991). Zagreb: Ministarstvo prosvjete, kulture i športa.					
Dopunska literatura	1. Ivanković, A. (1988). Tjelesni odgoj djece predškolske dobi. Zagreb: Školska knjiga.					
	2. Koritnik, M. (1988). 2000 igara. Zagreb: Savez društava „Naša djeca“.					
	3. Neljak, B. (1993). Motorička znanja u funkciji dobi. Kineziologija, Vol. 25, 1-2, 141-143.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



OPĆA KINEZILOŠKA METODIKA (123704)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Igor Jukić	
kancelarija		124	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		igor.jukic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658724	
poslijedoktorand		dr. sc. Hrvoje Podnar	
kancelarija		127	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		hrvoje.podnar@kif.hr	
telefon		+38513658728	
vanjski suradnik		Krešimir Hrg, prof	
e-mail		kresimir.hrg@kif.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
Semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	6.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u (V) – 1/3 velike dvorane		
način izvođenja nastave	60 sati = 45P + 30V + mješovito e-učenje	očekivani broj studenata na predmetu	175 - 180
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za primjenu teorijskih i praktičnih znanja iz Opće kineziološke metodike. Osposobiti studente za razlikovanje primjene općih metodičkih znanja po stupnjevima tjelesnog i zdravstvenog odgojno-obrazovnog područja. Shvatiti značenje tjelesnog i zdravstvenog područja u sustavu odgoja i obrazovanja.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Razumjeti smisao kineziološkog teorijskog i praktičnog obrazovanja u tjelesnom i zdravstvenom odgojno-obrazovnom području. Primijeniti stečena znanja u izradi pisane pripreme za sat tjelesne i zdravstvene kulture. Shvatiti značenje teorijskih i praktičnih znanja u provedbi sata tjelesne i zdravstvene kulture. Poznavati svrhu i smjernice rada u tjelesnom i zdravstvenom području.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: <ul style="list-style-type: none">- poznavati strukturu sata tjelesne i zdravstvene kulture;- razumjeti i kvalitetno primijeniti planiranje organizacije tjelesnog vježbanja;- razlikovati i znati odabrati primjerene organizacijske postavbe;- planirati opterećenja na satu tjelesne i zdravstvene kulture;- usvojiti znanja o procesu i dinamici učenja motoričkog znanja;- odrediti odgovarajuće metode rada u funkciji provedbe tjelesnog vježbanja;- poznavati kineziološke posebnosti odgojnog rada;- upoznati prostore i opremu za rad u tjelesnom i zdravstvenom odgojno-obrazovnom području.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata, osim teme pod red.brojem 23. koja se obrađuje 1 nastavni sat) 1. UVOD U KINEZILOŠKU METODIKU Pojam, definicija i predmet proučavanja Kineziološke metodike. Razvoj i struktura Kineziološke metodike u Hrvatskoj. Cilj Kineziološke metodike. Zadaće Kineziološke metodike. Interdisciplinarnost Kineziološke metodike. 2. TJELESNO I ZDRAVSTVENO PODRUČJE U SUSTAVU ODGOJA I OBRAZOVANJA		



Struktura odgojno-obrazovnog sustava u Republici Hrvatskoj. Upravljanje odgojno-obrazovnim sustavom. Odgojno-obrazovna područja. Svrha i smjernice rada u tjelesnom i zdravstvenom području (obrazovna, kinantropološka, odgojna smjernica). Planovi i programi rada.

3. SAT TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE

Struktura i trajanje sata tjelesne i zdravstvene kulture. Uvođenje u organizaciju tjelesnog vježbanja (osnovni položaji i raspoređivanje učenika po vježbalištu). Organizacijske postavbe (opći i ograničavajući čimbenici organizacije tjelesnog vježbanja).

4. JEDNOSTAVNE ORGANIZACIJSKE POSTAVE

Postava pojedinačno. Postava dvojke. Postava trojke. Postava četvorke. Paralelna postava.

5. SLOŽENE ORGANIZACIJSKE POSTAVE

Paralelno-izmjenična postava. Sukcesivno-izmjenična postava. Izmjenična postava.

Dopunske vježbe.

6. SLOŽENE ORGANIZACIJSKE POSTAVE

Kružna postava. Stanična postava.

7. SLOŽENE ORGANIZACIJSKE POSTAVE

Stazna postava. Poligonska postava.

8. UVODNI DIO SATA TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE

Organizacija uvodnog dijela sata. Provedba uvodnog dijela sata.

9. PRIPREMNI DIO SATA TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE

Određivanje broja pripremnih vježbi. Sastavnice provedbe pripreme vježbe. Organizacija pripremnog dijela sata. Provedba pripremnog dijela sata.

10. GLAVNI A DIO SATA TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE

Organizacija glavnog A dijela sata. Provedba glavnog A dijela sata (sat usvajanja gradiva, usavršavanja gradiva, provjeravanja gradiva).

11. GLAVNI B DIO I ZAVRŠNI DIO SATA TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE

Organizacija i provedba glavnog B dijela sata (sportske igre, štafetne elementarne igre, ekipne elementarne igre). Organizacija i provedba završnog dijela sata.

12. OPTEREĆENJA NA SATU TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE

Fiziološko opterećenje. Psihološko opterećenje.

13. KINEZIOLŠKO OBRAZOVANJE

Teorijska kineziološka znanja. Motorička znanja (biotička, nekineziološka, kineziološka motorička znanja).

14. PROCES UČENJA MOTORIČKOG ZNANJA

Faze učenja motoričkog znanja (faza usvajanja, početnog usavršavanja, naprednog usavršavanja, stabilizacije, automatizacije). Dinamika učenja motoričkog znanja. Postupci unaprjeđenja (usavršavanja) motoričkoga znanja.

15. METODE RADA

Metode prikazivanja motoričkog zadatka (metoda usmenog izlaganja, postavljanja i rješavanja, imitacije i dramatizacije, pokazivanja (demonstracije))

16. METODE RADA

Metode učenja (sintetička, analitička, kombinirana, situacijska, vizualizacijska metoda učenja)

17. METODE RADA

Metode uvježbavanja (metode usvajanja (uvježbavanja nepoznatog) motoričkog zadatka, usavršavanja (uvježbavanja poznatog) motoričkog zadatka).

Metode vježbanja (intervalna, varijabilna, kontinuirana metoda vježbanja)

18. METODE RADA



	<p>Metode sigurnosti (metoda sprečavanja ili prevencije, čuvanja ili zaštite, pomaganja ili asistencije).</p> <p>Metode nadzora procesa vježbanja (metoda praćenja vježbanja, usmjeravanja vježbanja, zaustavljanja vježbanja).</p> <p>19. METODE RADA</p> <p>Pomoćni postupci verbalne i neverbalne komunikacije (pomoćni postupci verbalne komunikacije i neverbalne komunikacije)</p> <p>20. METODE RADA U FUNKCIJI PROVEDBE PROCESA TJELESNOG VJEŽBANJA</p> <p>Pisana priprema za sat tjelesne i zdravstvene kulture – nastavne teme za predmetnu nastavu osnovnog školstva.</p> <p>21. PISANJE VELIKE POKUSNE PRIPREME</p> <p>Ciljevi, zadaće, nastavna sredstva i pomagala, metode rada, organizacijske postavbe, tip sata, tijek rada, određivanje i organizacija nastavnih sadržaja u uvodnom, pripremnom, glavnom A, glavnom B i završnom dijelu sata</p> <p>22. UZORNI SAT TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE</p> <p>Prikaz sata tjelesne i zdravstvene kulture. Osvrt na sat tjelesne i zdravstvene kulture. Analiza sata tjelesne i zdravstvene kulture.</p> <p>23. KINEZIOLŠKE POSEBNOSTI ODGOJNOG RADA</p> <p>Normalan psihički razvoj učenika. Proces socijalizacije učenika. Prevencija maloljetničke delinkvencije. Prevencija ovisnosti.</p> <p>24. PROSTORI I OPREMA</p> <p>Prostori. Oprema (nastavna sredstva i pomagala).</p> <p>VJEŽBE (nastavne teme navedene pod jednim rednim brojem izvode se 2 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Organizacija početka sata te organizacija, provedba i sadržaji uvodnog dijela sata2. Uvježbavanje organizacije i provedbe uvodnog dijela sata3. Organizacija, provedba i sadržaji pripremnog dijela sata4. Uvježbavanje organizacije i provedbe pripremnog dijela sata (pripreme vježbe s pomagalima; lopta, medicinka, vijača, palica, bučice)5. Uvježbavanje organizacije i provedbe pripremnog dijela sata (pripreme vježbe bez pomagala, pripreme vježbe u parovima, pripreme vježbe s ljestvama na tlu, pripreme vježbe uz švedske ljestve, pripreme vježbe na švedskoj klupi)6. Jednostavne organizacijske postavbe vježbanja (pojedinačna, dvojke, trojke, četvorke, paralelna)7. Složene organizacijske postavbe vježbanja (paralelno-izmjenična, sukcesivno-izmjenična, izmjenična)8. Složene organizacijske postavbe vježbanja (izmjenična, dopunske vježbe: utilitarna, kompenzatorna, korigirajuća, relaksirajuća, kombinirana)9. Složene postavbe vježbanja (stanična i kružna)10. Složene postavbe vježbanja (staze i poligoni)11. Organizacija, provedba i sadržaji glavnog B dijela sata i završnog dijela sata12. Simulacija vođenja nastavnog sata (paralelna i paralelno izmjenična postava)13. Simulacija vođenja nastavnog sata (izmjenična postava i izmjenična s dopunskim vježbama)14. Simulacija vođenja nastavnog sata (stanična i kružna postava)15. Simulacija vođenja nastavnog sata (stazna i poligonska postava)
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi



Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	15%	1	pismeni ispit	32%	2
	kolokvij	15%	1	usmeni ispit	38%	2.5
				ukupno	6.5 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Neljak, B. (2013.) <i>Opća kineziološka metodika</i>. Priručnik, Gopal d.o.o., Zagreb., ISBN 97895367309262. Neljak, B. (2019) Varijabilne strukture sata tjelesne i zdravstvene kulture u funkciji kvalitetnijeg provođenja predmetnog kurikula. U: Babić, V. (ur.) 28. Ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske. Zagreb, str. 256-263.3. Markuš, D., Trstenjak, B. (2006). Program za izradu skupova opće pripremnih vježba. CD-ROM, verzija 1.2, Čakovec: Pulsar d.o.o.					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Vlada Republike Hrvatske (2014). Strategija obrazovanja, znanosti i tehnologije. Dostupno na poveznici: http://www.kvalifikacije.hr/sites/default/files/news/2018-01/Nacrt-prijedloga-strategije-obrazovanja-znanosti-i-tehnologije.pdf2. Metodološki priručnici za izradu kurikularnih dokumenata (2016). Dostupno na poveznici: http://www.kurikulum.hr/11-1-2016-metodoloski-prirucnici-za-izradu-kurikularnih-dokumenata/3. Neljak, B., Milanović, D. (2007). Organizacijski, programski i materijalni uvjeti za redovito tjelesno vježbanje djece i mladeži, Zbornik radova „Kondicijska priprema sportaša“, 32-39.4. Republika Hrvatska (2006). Nastavni plan i program za osnovnu školu. Zagreb: Ministarstvo znanosti obrazovanja i športa.5. Neljak, B., Findak, V., Jurakić, D., Markuš, D. (2005). Primjena bežičnog mikrofonskog sustava u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture. u: Findak, V. (ur.) Zbornik radova 14. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. Suvremena tehnologija u područjima edukacije, sporta i rekreacije. Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 188-191.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



TJELESNA AKTIVNOST I ZDRAVLJE (123703)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Danijel Jurakić	
kancelarija		117	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		danijel.jurakic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658656	
nastavnik		doc. dr. sc. Maroje Sorić	
kancelarija		144	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		maroje.soric@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658744	
suradnik		Josip Karuc, mag. cin.	
kancelarija		Laboratorij za mjerenje i praćenje tjelesne aktivnosti	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		josip.karuc@kif.unizg.hr	
suradnik		Antonio Martinko, mag. cin.	
kancelarija		Laboratorij za mjerenje i praćenje tjelesne aktivnosti	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		antonio.martinko@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obavezan
semestar	VII. – zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz predmeta: Funkcionalna anatomija, Osnove kineziološke transformacije, Fiziologija sporta i vježbanja, Biološka kinantropologija.	bodovna vrijednost	4.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) (V) / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu / (V) predavaonica P12		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30V + samostalni zadaci + mješovito e-učenje	očekivani broj studenata na predmetu	190 - 195
ciljevi predmeta	Predmet ima dva temeljna cilja. Prvi je cilj predmeta omogućiti studentima usvajanje temeljnih teorijskih znanja o utjecaju tjelesne aktivnosti na zdravlje i njezinoj ulozi u primarnoj prevenciji kroničnih nezaraznih bolesti te znanja o potrebnoj vrsti i intenzitetu, trajanju i učestalosti tjelesne aktivnosti za prevenciju pojedine kronične bolesti (doza-odgovor učinak). Drugi cilj predmeta je omogućiti studentima usvajanje teorijskih i praktičnih znanja u području promocije tjelesne aktivnosti. Usvajaju se znanja o sastavnicama strategija za promociju tjelesne aktivnosti, vrstama intervencija za promociju tjelesne aktivnosti te učinkovitosti navedenih intervencija. Konačno, kroz praktične primjere se usvajaju i praktična znanja potrebna za provođenje promocije tjelesne aktivnosti u školama, sportskim klubovima, sportsko-rekreacijskim klubovima, radnim organizacijama, domovima umirovljenika i sl.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Izrada plana i programa za unapređenje tjelesne spremnosti (škola, sportsko-rekreacijski klubovi, radne organizacije, domovi umirovljenika, sportski klubovi, i sl.). Organizacija stručnog rada (škola, sportsko-rekreacijski klubovi, radne organizacije, domovi umirovljenika, sportski klubovi, i sl.). Promocija tjelesne aktivnosti kao važne sastavnice zdravog načina života.		



očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - razumjeti ulogu tjelesne aktivnosti u zaštiti i unapređenju zdravlja, - razumjeti odrednice tjelesne aktivnosti u različitim populacijama, - osigurati uvjete zdravstveno sigurne tjelovježbene aktivnosti, - primijeniti metode za mjerenje i procjenu tjelesne aktivnosti, - izraditi intervencijske programe za unapređenje tjelesne aktivnosti, - raditi u timu za izradu strategija unapređenja tjelesne aktivnosti.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Uvod. Odnos tjelesne aktivnosti, komponenti funkcionalne tjelesne spremnosti i zdravlja. (2P) 2. Fiziološki učinci tjelesne aktivnosti na zdravlje (2P) 3. Primarna prevencija kroničnih nezaraznih bolesti. Uloga tjelesne aktivnosti u primarnoj prevenciji. (2P) 4. Povezanost kardiovaskularne sposobnosti i zdravstvenih rizičnih čimbenika za razvoj kroničnih srčano-žilnih i metaboličkih bolesti (2P+2V) 5. Uvjeti zdravstveno sigurne tjelovježbene aktivnosti i postupci sprječavanja mogućih komplikacija tijekom vježbanja (2P+4V) 6. Energetski utrošci i njihovo mjerenje pri različitim tjelesnim aktivnostima/vježbanju. Mjerenje razine tjelesne aktivnosti. (2P+4V) 7. Razina tjelesne aktivnosti u različitim populacijama. Prevalencija tjelesne neaktivnosti u svijetu i Hrvatskoj. (2P) 8. Odrednice tjelesne aktivnosti (2P+2V) 9. Tjelesna aktivnost i kvaliteta života (2P) 10. Doza-odgovor učinak tjelesne aktivnosti u prevenciji kroničnih bolesti (2P+2V) 11. Specifičnosti tjelesne aktivnosti za zdravlje djece i adolescenata (2P+2V) 12. Vrste intervencija za unapređenje tjelesne aktivnosti (2P+4V) 13. Promocija tjelesne aktivnosti za različite populacije (2P+4V) 14. Prepreke za bavljenje tjelesnim aktivnostima (2P+2V) 15. Oblikovanje strategija za unapređenje tjelesne aktivnosti (2P+4V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12.5%	0.5	3 kolokvija	50%	2
	seminarski rad	12.5%	0.5	projekt	12.5%	0.5
	usmeni ispit	12.5%	0.5	pismeni ispit	(50%)	(2)
				ukupno	4.0 ECTS	
ocjenjivanje i vrjednovanje rada studenata	Studenti koji ne zadovolje propisane kriterije ocjenjivanja tijekom nastave ispit polažu putem integralnog završnog ispita (pisani – 50% i usmeni ispit – 50%).					
obvezna literatura	1. Mišigoj Duraković, M. i sur. (2018) Tjelesno vježbanje i zdravlje. Zagreb: Znanje. 2. Kolčić, I., Vorko-Jović, A. (2012) Epidemiologija. Zagreb: Medicinska naklada. (odabrana poglavlja) 3. Guyton, C.A., Hall, J.E. (2012) Medicinska fiziologija, 12. izdanje. Zagreb: Medicinska naklada. (odabrana poglavlja) 4. Pokrajac-Bulian, A. (2011) Pretilost. Zagreb: Naklada Slap. (odabrana poglavlja) 5. Puntarić, D., Stašević, I., Ropac, D. i sur. (2017) Javno zdravstvo. Zagreb: Medicinska naklada. (odabrana poglavlja)					
dopunska literatura	1. Bouchard, C., Blair, S., Haskell, W. L. (2012). Physical activity and health. Champaign, IL.: Human Kinetics..					



	2. Dishman, R. K., Washburn, R. A., Heath, G. W. (2013). Physical activity epidemiology. Champaign, IL.: Human Kinetics.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



NAPOMENA - detaljne informacije o provedbi nastave pojedinih predmeta nalaze se u sustavu **Merlin**

DIDAKTIKA - nastava će se održavati on-line prema uputama koje su na stranici predmeta u Merlin-u

EKONOMIKA I MENADŽMENT SPORTA - vježbe će se održavati na Fakultetu svaki drugi tjedan i započinju u tjednu od **12.10.2020.** godine (ostala kontaktna nastava u tjednima od 26.10. / 9.11 / 23.11. / 7.12. / 11.01. / 25.01.)

OPĆA KINEZIOLŠKA METODIKA - teorijska predavanja počinju od 1. tjedna nastave (od 5.10.), a održavat će se on-line prema uputama u sustavu Merlin vježbe počinju od 1. tjedna nastave (od 5.10.), a održavat će se prema rasporedu u 1/3 velike dvorane (dvorana C)

KINEZIOLŠKA METODIKA U PREDŠKOLSKOM ODGOJU - teorijska predavanja počinju od 8. tjedna nastave (od 30.11.), a održavat će se on-line prema uputama u sustavu Merlin seminari započinju od 8. tjedna nastave (od 30.11.) prema rasporedu, a održavat će se on-line prema uputama u sustavu Merlin vježbe započinju od 8. tjedna nastave (od 30.11.), a održavat će se izvan fakulteta.

O točnim terminima i lokacijama studenti će biti informirani na 1. teorijskom predavanju

TJELESNA AKTIVNOST I ZDRAVLJE - nastava će se izvoditi u kombinaciji on-line i kontaktne nastave na Fakultetu. Točan raspored po tjednima će biti objavljen na stranici predmeta u sustavu Merlin. vježbe će se u **1. tjednu** nastave održavati kontaktno u predavaonici P11

IZBORNI SMJEROVI

IS - HRVANJE - nastava će se održavati prema dogovoru s predmetnim nastavnikom

IS - JEDRENJE - nastava će se održavati prema dogovoru s predmetnim nastavnikom

IS - KAJAKAŠTVO - nastava će se održavati prema dogovoru s predmetnim nastavnikom

IS - KINEZIOLŠKA REKREACIJA - nastava će se održavati prema rasporedu sati, u dogovoru s predmetnim nastavnikom

IS - KINEZITERAPIJA - nastava će se održavati u kombinaciji on-line i kontaktne nastave na Fakultetu. Sve pojednosti dobiti ćete na **1. predavanju** koje će se održati **09.10.2020. u 9.45 A1**

IS - KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA - nastava će se održavati prema rasporedu sati, u dogovoru s predmetnim nastavnikom

IS - KOŠARKA - nastava će se održavati u dogovoru s predmetnim nastavnikom

IS - PLES - nastava će se održavati u dogovoru s predmetnom nastavnicom

IS - PLIVANJE - nastava će se održavati u dogovoru s predmetnim nastavnicima

IS - SKIJANJE - nastava će se održavati u dogovoru s predmetnim nastavnikom

IS - SPORTSKI MENADŽMENT - uvodno predavanje održati će se u **petak 09.10.2020. u 8.30 sati u P3**

IZBORNI PREDMETI

AUDIO VIZUALNA SREDSTVA (IP-AVS) - nastava će se održavati u dogovoru s predmetnim nastavnikom

BADMINTON (IP-BAD) - nastava će se održavati prema rasporedu sati, u dogovoru s predmetnim nastavnikom

KINEZIOLŠKA ORJENTACIJA I SELEKCIJA (IP-KOIS) - nastava će se održavati od 1. tjedna nastave **četvrtkom u 9.45 sati** on-line u živo

KOMUNIKACIJA U ODGOJU I OBRAZOVANJU (IP-KOO) - nastava će se održavati **on-line četvrtkom u 8.00 sati** prema uputama predmetne nastavnice

KONDICIJSKA PRIPREMA DJECE I MLADIH SPORTAŠA (IP-KPDM) - na stranici predmeta u Merlinu će biti objavljene detaljne informacije o provođenju nastave pogledajte

MINI KOŠARKA (IP-MINKOŠ) - nastava će se održavati u dogovoru s predmetnim nastavnikom (planirano u drugoj polovici semestra)

RONJENJE NA DAH (IP-RON) - nastava će se održavati u dogovoru s predmetnom nastavnicom

SKJJAŠKO TRČANJE (IP-SKIT) - nastava će se održavati u dogovoru s predmetnim nastavnikom

SPORTSKI PROGRAMI ZA DJECU PREDŠKOLSKE DOBI (IP-SPDPS) - nastava će se održavati u dogovoru s predmetnim nastavnikom

STRATEŠKO PROGRAMIRANJE U SPORTU (IP-SPUS) - nastava će se održavati u dogovoru s predmetnim nastavnikom



IZBORNI PREDMETI VII. SEMESTRA

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
123761	Audiovizualna sredstva u sportu	prof. dr. sc. Ljubomir Antekolović	6	12	12	2.0
123763	Badminton	izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović	6	12	12	2.0
123765	Kineziološka orijentacija i selekcija	prof. dr. sc. Goran Sporiš,	20		10	2.0
31125	Komunikacija u odgoju i obrazovanju	doc. dr. sc. Nevenka Maras	15	15		2.0
31126	Kondicijska priprema djece i mlađih sportaša	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	15	15		2.0
123767	Mini košarka	prof. dr. sc. Damir Knjaz	6	12	12	2.0
123770	Ronjenje na dah	doc. dr. sc. Dajana Karaula	6	12	12	2.0
123774	Skijaško trčanje	izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski	6	12	12	2.0
123776	Sportski programi za djecu predškolske dobi	izv. prof. dr. sc. Željko Hraski	6	12	12	2.0
123779	Strateško programiranje u sportu	doc. dr. sc. Dario Škegro	15	15		2.0
studenti u ovom semestru upisuju 2 izborna predmeta			4 ECTS			



AUDIOVIZUALNA SREDSTVA U SPORTU (123761)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Ljubomir Antekolović	
kancelarija		160	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ljubomir.antekolovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658760	
vanjski suradnici		Saša Rodić, prof.	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		sasa.rodic@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni predmet
Semestar	VII. – zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	On-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + terenska nastava		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V + samostalni zadaci + mješovito e-učenje + multimedija i mreža + terenska nastava	broj studenata na predmetu	16
ciljevi predmeta	Upoznavanje s temeljnim zakonima optike, konstrukcije leća, objektiva, tijela fotoaparata i video kamera. Osposobljavanje studenata u rukovanju digitalnim fotoaparatom, video kamerama i specifičnim foto priborom. Stjecanje znanja o specifičnostima sportske fotografije, tehnikama snimanja, obradi i montaži foto- i videomaterijala, načinima pohrane i prezentacije.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Stechaenim informacijama olakšati pravilan odabir digitalne foto- i videoopreme za različite namjene. Razumijevanje korištenja foto- i videotehnologije u procesu učenja sportskih tehnika i analizi pojedine sportske aktivnosti. Omogućiti samostalno rukovanje fotoaparatom i videokamerom za potrebe nastavnog procesa tjelesne i zdravstvene kulture, sporta i sportske rekreacije.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će ovladati: - tehnikom snimanja sportske fotografije, - tehnikom videosnimanja, - snalaženjem u uvjetima terenskog rada (izbor povoljnog motiva, kadra, perspektive; diskrecija u odnosu na subjekt snimanja), - transferom, obradom, montažom, arhiviranjem foto- i videomaterijala, - prezentacijom foto- i videoprojekata.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari, vježbe i e-učenje: Razvoj fotografije, videa i opreme kroz povijest (2P) Konstrukcija i funkcija digitalnih fotoaparata (2P) Konstrukcija i funkcija digitalnih video kamera (2P) Rukovanje digitalnim SLR fotoaparatom. Rukovanje digitalnim kamkorderima miniDV i HDV standarda. (2S) Sportska fotografija, odabir motiva, perspektiva, kadriranje (2S) Snimanje fotografija u zatvorenom prostoru. Fotografija na otvorenim sportskim borilištima. Odabir objektiva i postavki snimanja. (3V) Snimanje videozapisa u zatvorenim i na otvorenim sportskim terenima. (3V) Prijenos foto- i videomaterijala na računalo (2V)		



	Obrada fotomaterijala. Formati fotografija. Arhiviranje. Izrada fotoalbuma (2S+2V+1e-u) Obrada i priprema videomaterijala. Montaža videozapisa. Odabir videoformata (2S+2V+1e-u) Prezentacija i evaluacija fotoprojekata (1S+1e-u) Prezentacija i evaluacija videoprojekata (1S+1e-u)					
Obveze studenata	Studenti redovito pohađaju nastavu, aktivno sudjeluju u pripremi projekata, terenskom radu koji uključuje snimanje foto- i videomaterijala. Obrađuju i montiraju foto- i videoprojekte te sudjeluju u prezentaciji. Dio obveza ispunjavaju sustavom za e-učenje te postavljanjem foto- i videomaterijala na mrežne stranice.					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.2	kolokvij	10%	0.2
	izrada projekta	40%	0.8	pismeni ispit	40%	0.8
	usmeni ispit			ukupno	2.0 ECTS	
Mrežna stranica predmeta	https://moodle.srce.hr/2018-2019/ https://www.facebook.com/AudioVizualnaSredstvaUSportu					
Obvezna literatura	1. Ang, T. (2003). Digitalna fotografija. Znanje: Zagreb. 2. Kelby, S. (2010). Otkrijte tajne profesionalnih fotografa! Miš: Zagreb. 3. Kelby, S. (2010). Naučite tajne profesionalnih fotografa! Miš: Zagreb. 4. Kelby, S. (2010). Nove tajne profesionalnih fotografa! Miš: Zagreb.					
Dopunska literatura	1. Bunzel, T., Johnson, D., Glenn W. (2004). Digitalna fotografija, video i glazba. Miš: Zagreb.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



BADMINTON (123763)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović	
kancelarija		115	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		lidija.petrinovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658715	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni predmet
semestar	VII. – zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz Sportova s reketom.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P – S) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u (S -V) - 1/3 velike dvorane		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V + terenska nastava	broj studenata na predmetu	63
ciljevi predmeta	Unaprijediti teoretsko i praktično znanje studenata iz badmintona. Primjena osnovne i napredne badmintonske tehnike s naglaskom na primjeni kompleksnijih vježbi u radu s malim i velikim grupama te primjena naučenog kroz aktivnu igru.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- Stjecanje naprednih znanja iz područja moderne dijagnostike u badmintonu.- Utjecaj primjene pojedinih struktura badmintonskog gibanja u procesu poduke i treninga na izmjene psihosomatskog statusa kod djece, mladeži i odraslih.- Biomehanička analiza naprednih elemenata tehnike i njihova praktična poduka.- Upoznavanje s varijacijama izvođenja pojedinih osnovnih i specifičnih elemenata tehnike s posebnim naglaskom na primjeni različitih reznih lopti.- Usvajanje praktičnog znanja o optimalnim metodičkim postupcima prilikom poučavanja naprednih elemenata tehnike badmintona s obzirom na različite dobne skupine.- Usvajanje praktičnog znanja o optimalnim metodičkim postupcima prilikom poučavanja naprednih elemenata tehnike badmintona s obzirom na različite natjecateljske discipline.- Osnove fizičke pripreme u badmintonu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu: <ul style="list-style-type: none">- napredne teorijske informacije iz područja dijagnostike,- napredna i specifična motorička znanja,- praktično metodičko znanje o primjerenim postupcima poučavanja napredne tehnike kroz igru,- napredna strategijska i taktička znanja (strategija i taktika s obzirom na različite dobne skupine),- napredna strategijska i taktička znanja (strategija i taktika s obzirom na različite natjecateljske discipline). Navedeno ih osposobljava za: <ul style="list-style-type: none">- osnove planiranja, programiranja i realizacije napredne poduke iz badmintona,- provođenje suvremenih metoda dijagnostike u badmintonu,- prenošenje naprednih strategijskih i taktičkih znanja obzirom na različite natjecateljske discipline.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Teorijska predavanja 1. Suvremena dijagnostika u badmintonu (1P)		



prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none">2. Kineziološka analiza forhend i bekind reznih lopti iz zamaha reketom iznad glave (drop, smeš) (1P)3. Specifičnosti treninga snage u badmintonu (2P)4. Tehničko-taktička primjena udaraca u igri s obzirom na različite natjecateljske discipline (2P) <p>Teorijsko-praktična predavanja i vježbe</p> <ol style="list-style-type: none">1. Način poduke i izvođenja forhend udaraca izvođenjem zamahom iznad glave – rezane lopte (drop, smeš) (2TPP)2. Način poduke i izvođenja bekind udarca kroz aktivnu igru (drop, clear) (2TPP)3. Način poduke i izvođenja kretanja po terenu s obzirom na parske rotacije (2TPP)4. Način poduke i izvođenja reznih lopti na mreži (2TPP)5. Specifičnosti treninga snage u badmintonu, rad s velikim i malim grupama (2TPP)6. Miniton – specifičnosti rada sa djecom u dobi od 4 do 7 godina (2TPP)7. Metodčke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci forhend udarca izvođenjem zamahom iznad glave – rezane lopte (drop, smeš) (2V)8. Metodčke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci bekind udarca (2V)9. Metodčke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci izvođenja kretanja po terenu s obzirom na parske rotacije (2V)10. Metodčke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci reznih lopti na mreži (2V)11. Metodčke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u treningu snage u badmintonu (2V)12. Metodčke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u minitonu (2V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje teoretske i praktične nastave, zalaganje i aktivan rad na nastavi.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25.%	0.5	kolokvij	25%	0.5
	pismeni ispit	25.%	0.5	usmeni ispit	25.%	0.5
				ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. DBF. Badminton u školi (2000). Hrvatski badmintonski savez (prema izdanju njemačkog badmintonskog saveza).					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Petrinović Zekan, L., Zdenjak, L. (2008). Trening snage u badmintonu. u: Jukić, I., Milanović, D., Gregov, C. (ur.) Zbornik radova međunarodne konferencije „Kondicijska priprema sportaša 2008.“, Zagreb, 2008. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 272-276.2. Petrinović Zekan, L. (2007). Badminton – „nepoznati sport“. Acta Med Croatica, 61 (1), 49-52.3. Downey, J. (2003). Badminton for Schools. London: Pelham Books.4. Downey, J. (1992). Play short badminton. National Coach Foundation.5. Petrić, D. (1995). Badminton u nastavi tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnoj školi. u: Findak, V. (ur.) Zbornik radova 4. ljetne škole pedagoga fizičke kulture Republike Hrvatske.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KINEZIOLŠKA ORIJENTACIJA I SELEKCIJA (123765)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Goran Sporiš	
kancelarija		122	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		goran.sporis@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658722	
nastavnik		doc. dr. sc. Vlatko Vučetić	
kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658663	
vanjski suradnik		Jere Gulin, mag.cin.	
kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 8)	
e-mail		jere.gulin@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		Stipo Dajaković, mag.cin.	
e-mail		stipo.dajakovic@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni predmet
Semestar	VII. – zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P – V) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 20P + 10V + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	31
ciljevi predmeta	Usvanje osnovnih teorijskih i praktičnih znanja o formalnim modelima i postupcima orijentacije i selekcije, zasnovanima na pretpostavkama o multivarijantnim relacijama varijabli koje su temelj orijentacijskih ili selekcijskih procedura.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- Koncepcija modela orijentacije i selekcije.- Prediktorski i kriterijski sustavi: sustav bazičnih antropoloških karakteristika, mjere postignuća, kriterijske varijable.- Formalni modeli usmjeravanja i izbora: diskriminacija grupa, klasifikacijske procedure, prepoznavanje uzoraka, jednadžba specifikacije, selekcijske procedure.- Organizacija usmjeravanja i izbora: kriterijski sustav, sustav za procjenu bazičnih antropoloških karakteristika, situacijski testovi i definicije mjera postignuća, registracija i evidencija sportskih rezultata.- Svojstva programske podrške i informacijskog okruženja za procedure usmjeravanja i izbora.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Specifične kompetencije: Primijenjeni znanja o formalnim modelima i praktičnim postupcima orijentacije i selekcije, zasnovanima na pretpostavkama o multivarijantnim relacijama varijabli koje su temelj orijentacijskih ili selekcijskih procedura za odabrani sport. Opće kompetencije: Znanje studenata o formalnim modelima i postupcima orijentacije i selekcije, zasnovanima na pretpostavkama o multivarijantnim relacijama varijabli koje su temelj orijentacijskih ili selekcijskih procedura.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata)		



prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none">1. Metodološke osnove i razlozi istraživanja problema orijetacije i selekcije u primijenjenoj kineziologiji2. Samosvojsnost i interdisciplinarnost i problema orijetacije i selekcije u kineziološkim istraživanjima3. Izobrazba i kvalifikacija i organizacijske forme djelovanja u područjima kineziološke orijetacije i selekcije4. Konceptualne razlike između usmjeravanja (orijetacije) i izbora (selekcije)5. Formalni modeli usmjeravanja i izbora (diskriminacija, klasifikacija i prepoznavanje uzoraka)6. Formalni modeli usmjeravanja i izbora (jednadžba specifikacije i selekcijske procedure, regresijski i kanonički pristup)7. Kriterijski sustavi8. Sistem za procjenu bazičkih antropoloških karakteristika9. Situacijski testovi i definiranje mjera postignuća10. Registracija i evaluacija sportskih rezultata <p>Vježbe (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Pregled periodičnih publikacija (znanstveni i stručni časopisa) u području kineziologije i srodnih znanstvenih disciplina koji se bave problemima kineziološke orijetacije, selekcije i praćenja obilježja sportaša.2. Manifestni i latentni indikatori psihosomatskog statusa kao osnova orijetacijskih i selekcijskih procedura, problemi mjerenja i procjenjivanja.3. Reprezentativnost uzoraka ispitanika u odnosu na orijetacijske i selekcijske procedure.4. Odabir formalnog modela usmjeravanja i izbora i izbor odgovarajuće programske podrške.5. Izbor problema za seminarski rad (usmjeravanje ili Izbor) za odgovarajući sport.					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	referat	25%	0.5
	seminarski rad	25%	0.5	praktični rad	17.5	0.25
	usmeni ispit	17.5	0.25	ukupno	2.0 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Prskalo, I., Sporiš, G. (2016), <i>Kineziologija</i>, Zagreb: Školska knjiga, Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu2. Jurko, D., Čular, D., Badrić, M. i Sporiš, G. (2015), <i>Osnove kineziologije</i>, Zagreb: Sportska knjiga3. Čular, D., Šamija, K., Sporiš, G., (2017) <i>Kako pripremiti, napisati i objaviti znanstveni rad u kineziologiji i sportu</i>, Split: Sveučilište u Splitu, Kineziološki fakultet.					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Jovanović, M., Sporiš, G., Omrčen, D., Fiorentini, F. (2011). Effects Of Saq Training Method On Power Performance In Elite Soccer Players. The Journal of Strength and Conditioning Research. 25 (2011) , 5; 1285-1292.2. Sporiš, G., Jukić, I., Ostojić, S. M., Milanović, D. (2009). Fitness Profiling in Soccer: Physical and Physiologic Characteristics of Elite Players. The Journal of Strength & Conditioning Research. 23 (2009) , 7; 1947-1953.3. Sporiš, G., Ružić, L., Leko, G. (2008). The anaerobic endurance of elite soccer players improved following a high intensity interval training intervention in the 8-week conditioning program. Journal of Strength and Conditioning Research. 22 (2008) , 2; 559-5664. Regnier, G., Salmela, J., Russell, S. J. (1993). Talent detection and development in sport. In: Singer, R. N., Murphey, M., Tennant, L. K. (ed..) Handbook of Research on Sport Psychology. New York: Macmillan, 290-313.					



Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.
-----------------------------	-----------------------------



KOMUNIKACIJA U ODGOJU I OBRAZOVANJU (31125)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Nevenka Maras	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		nevenka.maras@ufzg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni predmet
semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	On-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S + V	broj studenata na predmetu	38
ciljevi predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Steći znanja o vještinama i umjetnosti komunikacije, govorništva, nenasilnoj i efikasnoj komunikaciji,- razvijati vještine razgovora, aktivnoga slušanja, konstruktivnog diskutiranja, vođenja usmenih prezentacija – s primjenom u nastavi, u komunikaciji s kolegama, roditeljima, učenicima.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Sposobnost prepoznavanja i reagiranja na individualne potrebe učenika/osoba s kojima se radi.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Ostvarivanje ciljeva predmeta, primjena navedenih znanja i vještina u osobnom razvoju u svakodnevnicima.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari (svaka se tema obrađuje 1P+1S) <ol style="list-style-type: none">1. Vrste i oblici komunikacije (što je komuniciranje, motivi za komuniciranjem, verbalna i neverbalna, interpersonalna, intrapersonalna, masovna, grupna)2. Komunikacija u organizacijama – školama (sheme komuniciranja, neformalna, formalna, horizontalna i vertikalna, interkulturalno komuniciranje, glasine kao način komunikacije, organizacijska klima; izgrađivanje odnosa u nastavi)3. Prepreke u komunikaciji na razini pojedinca i na razini grupe (organizacije)4. Uvjerljivo prezentiranje (o slušačima/auditoriju, prvi dojam, kongruentnost poruke, ometači pažnje, neverbalna komunikacija – mimika i geste, trema u komunikaciji i njezino prevladavanje, najčešće pogreške u javnom nastupanju i prezentiranju, glas i ton, vježbe za glas i izgovor, gostovanje priznatih profesionalaca koji rade u elektroničkim medijima)5. Struktura govora (oblikovanje govora, uvod govora, umijeće argumentiranja, završetak govora – peroratio, crescendo, klimaks, mind-mapping, reagiranje na prigovore i kritike). Mitovi o komunikaciji.6. Alati komuniciranja (aktivno slušanje kao preduvjet dijaloga, parafraziranje, selektivno slušanje, communologue, imago dijalog, uspostavljanje kontakta u nastavi)7. Metakomunikacija (definicija, spolne razlike metakomuniciranja, metakomunikacija u psihologiji)8. Asertivnost (definicija, specifične tehnike asertivnoga ponašanja, uzroci (ne)asertivnosti, asertivno vs agresivno ponašanje)9. Ja i Ti poruke (definicija, sličnosti i razlike, primjeri i vježbe iz obrazovnih institucija, igranje uloga uz uporabu svih alata komuniciranja)		



	10. Konfliktna komunikacija (uzroci konflikata, čovjekovo nesvjesno i psihički determinizam u ponašanju, komunikaciji i doživljavanju, vježbe rješavanje konflikata u komunikaciji uz uporabu alata komuniciranja)					
	11. Vrste patološke komunikacije (dvostruka veza, destruktivno zrcaljenje u grupi, žrtveni jarac u razredu, šutnja, aleksitimija/distimija, razrada primjera iz školske prakse)					
	12. Stres i komunikacija (definicija, faze stresa, uspješna komunikacija u obrazovanju)					
	13. Suradnja i medijacija kao tehnike nenasilnoga rješavanja sukoba;					
	14. Davanje i primanje pohvala i kritika u nastavi					
	15. Ličnost dobrog komunikatora (pogled na svijet, originalnost i autentičnost, obrazovanje, karizma)					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	50%	1	pismeni ispit	50%	1
				ukupno	2.0 ECTS	
Obvezna literatura	1. Reardon, K. K. (1998). Interpersonalna komunikacija. Zagreb: Alinea 2. Bratanić, M. (1990). Mikropedagogija. Zagreb: Školska knjiga					
Dopunska literatura	1. Brajša, P. (1993). Pedagoška komunikologija. Zagreb: Školske novine. 2. Miljković, D., Rijavec, M. (2002.) Kako rješavati konflikte? Zagreb: IEP-D2 & Vern'. 3. Miljković, D., Rijavec, M. (2002.) Kako se zauzeti za sebe? Zagreb: IEP-D2 & Vern'. 4. Miljković, D., Rijavec, M. (2002.) Komuniciranje u organizaciji. Zagreb: IEP-D2 & Vern'. 5. Rijavec, M., Miljković, D. (2002.) Neverbalna komunikacija. Zagreb: IEP-D2 & Vern'.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KONDICIJSKA PRIPREMA DJECE I MLADIH SPORTAŠA (31126)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	
kancelarija		40/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		luka.milanovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658602	
nastavnik		prof. dr. sc. Igor Jukić	
kancelarija		124	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		igor.jukic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658724	
vanjski suradnik			
e-mail			
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni predmet
Semestar	VII. – zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	On-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u / dvorana		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S	broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je studentima omogućiti stjecanje znanja o posebnostima kondicijske pripreme djece i mladih sportaša utemeljenima na bio-psiho-socijalnim zakonitostima rasta i razvoja. Spoznaje su nužne za ispravno planiranje, programiranje, provedbu i kontrolu kondicijskog treninga s mlađim dobnim kategorijama.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti osposobljeni da: - primijene znanje i razumijevanje zakonitosti razvoja kondicijskih svojstava djece i mladih sportaša; - primijene znanje i razumijevanje posebnosti metodičkih i programskih postupaka kondicijske pripreme djece i mladih.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti bio-psiho-socijalne zakonitosti razvoja kondicijskih svojstava djece i mladih sportaša; - razumjeti posebnosti postupaka usmjeravanja, selekcije i sportske pripreme djece-sportaša; - razumjeti posebnosti metodičkih postupaka u kondicijskoj pripremi djece i mladih sportaša u pojedinim dobnim kategorijama; - izraditi program kondicijskog treninga za djecu i mlade.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari: 1. Posebnosti postupaka usmjeravanja, selekcije i sportske pripreme djece sportaša (2P+2S) 2. Bio-psiho-socijalne zakonitosti razvoja kondicijskih svojstava djece i mladih sportaša (2P+2S) 3. Uvažavanje kronološke i biološke dobi u procesu treninga i selekcije (2P+2S) 4. Razvoj primarnih motoričkih i funkcionalnih sposobnosti u skladu sa senzitivnim fazama (2P+2S)		



	<ol style="list-style-type: none"> 5. Kondicijska priprema u univerzalnim sportskim vrtićima i univerzalnim sportskim školama (2P+2S) 6. Posebnosti metodičkih postupaka u kondicijskoj pripremi djece i mladih sportaša (2P+2S) 7. Posebnosti planiranja i programiranja u kondicijskoj pripremi djece i mladih sportaša (2P+2S) 8. Posebnosti kondicijske pripreme u različitim fazama sportskog usavršavanja (1P+1S) 					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.2	aktivnosti na nastavi	20%	0.4
	seminarski rad	70%	1.4	ukupno	2.0 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bompa, T. (2000). Cijelokupni trening za mlade pobjednike, Hrvatski košarkaški savez. 2. Jukić, I., Milanović, D., Šimek, S. (ur.) (2005). Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa: Kondicijska priprema sportaša. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez. 3. Milanović, D., Jukić, I. (Ur.) (2003). Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa: Kondicijska priprema sportaša. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez. 					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Crisfield, P. (2001). The Young Athletes Handbook. Champaign, IL.: Human Kinetics. 2. Drabik, J. (1996). Children and sports training. Stadion publishing company. 3. Kurz, T. (2001). Science of Sports Training. Stadion Publishing Company, Inc. 4. Malina, R.M., Bouchard, C. (1991). Growth, Maturation and Physical Activity. Champaign, IL, Human Kinetics. 					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



MINI KOŠARKA (123767)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Damir Knjaz	
kancelarija		154	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		damir.knjaz@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658754	
nastavnik		doc. dr. sc. Tomislav Rupčić	
kancelarija		156	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658756	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni predmet
semestar	VII. – zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Položen kolegij Košarka u obveznom programu studija.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	On-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u - dvorana B		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V + samostalni zadaci	broj studenata na predmetu	32
ciljevi predmeta	Kvalificirati studente za primjenu programa mini košarke s djecom predškolske dobi te s djecom mlađe školske dobi, kako u nastavnom programu (III. i IV. razred OŠ) tako i u vannastavnim aktivnostima.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti su kvalificirani za primjenu programa mini košarke s djecom predškolske dobi te s djecom mlađe školske dobi, kako u nastavnom programu (III. i IV. razred OŠ) tako i u vannastavnim aktivnostima.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Kreiranje programa mini košarke za djecu predškolske dobi,- kreiranje program mini košarke za djecu mlađe školske dobi,- provedba i kontrola programa mini košarke,- provođenje adaptiranih i modificiranih oblika natjecanja u programu mini košarke.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska, teorijsko-praktična predavanja i vježbe <ol style="list-style-type: none">1. Nastanak i razvoj mini košarke (2P)2. Osnovni principi i zakonitosti u radu s djecom predškolske te mlađe školske dobi tijekom provođenja programa mini košarke (2P)3. Pravila i primjena pravila u programu mini košarke (2P+2TPP)4. Raznolikost u metodičkom pristupu ovisno o kronološkoj dobi – predškolska dob (2TPP)5. Raznolikost u metodičkom pristupu ovisno o kronološkoj dobi – mlađa školska dob (2TPP)6. Primjena prilagođenih igara u programima mini košarke (2TPP)7. Upotreba metodičkih pomagala u programu mini košarka (2TPP)8. Planiranje i programiranje s obzirom na uključenu dob te materijalno-tehničke uvjete (2TPP)9. Osnovni (i prilagođeni) elementi košarkaške tehnike u programima mini košarke:<ul style="list-style-type: none">- vođenje lopte u mjestu i pravocrtnom kretanju(2V)- hvatanje i dodavanje lopte u mjestu i kretanju (2V)- tehnike ubacivanja i šutiranja (2V)- promjene pravca i tempa kretanja (2V)		



	10. Uvod u osnove individualne i grupne taktike u mini košarci (2V) 11. Primjena prilagođenih igara u programima mini košarke (2V)					
obveze studenata	Aktivno sudjelovanje u svim oblicima nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	pismeni ispit	25%	0.5
	seminarski rad	25%	0.5	usmeni ispit	25%	0.5
				ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Knjaz, D., Matković, B. (1997). Motor characteristics of the attendands in the mini basketball school „Cibona“. Zbornik radova 1. međunarodne znanstvene konferencije Kineziologija - „Sadašnjost i budućnost“. Dubrovnik, 149-151.2. Georgievski, R. (2007). Mini basket. Beograd: Mini basket udruženje Srbije.3. Krause, J., Brown, B. (2006). Youth Basketball Coaching Handbook. USA: Coaches choise.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Knjaz, D., Matković, Bo., Matković, Br. (2002). Individualni rad u mini košarci. Zbornik radova „Dopunski sadržaji sportske pripreme“, (ur. Milanović, D.), 54-56.2. Krtalić, S., Knjaz, D., Krošnjar, N. (2004). Karakteristike fizičke pripreme košarkaša uključenih u program mini košarke (6-10 godina). 13. ljetna škola kineziologa RH: Zbornik radova. Rovinj, 447-450.3. Knjaz, D., Matković, Bo., Matković, Br. (2002). Turniri i natjecanja kao dopunski faktori pripreme najmlađih košarkaša. Zbornik radova „Dopunski sadržaji sportske pripreme“, (ur. Milanović, D.), 57-59.4. Prusak, K. (2005). Basketball Fun & Games. USA: Human Kinetics.5. Torlaković, M., Knjaz, D. (2010). Uloga sportskog učitelja u razvoju djeteta košarkaša. Time-out. Zagreb: Udruga hrvatskih košarkaških trenera. 22: 12-15.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



RONJENJE NA DAH (123770)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Dajana Karaula	
kancelarija		39	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		dajana.karaula@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		dr. sc. Ivan Drviš	
e-mail		drvis_i@yahoo.com	
vanjski suradnik		Domagoj Jakovac, dr.stom.	
e-mail		domagoj.jakovac@kif.hr	
vanjski suradnik		Bartol Vukelić, mag. cin.	
e-mail		bartol.vukelic@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni predmet
semestar	VII. – zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz predmeta Plivanje.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	On-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + bazen Mladost		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V + samostalni zadaci + mješovito e-učenje	broj studenata na predmetu	41
ciljevi predmeta	Upoznati studente s osnovama ronjenja na dah, upotrebe ronilačke opreme, s fizikalnim zakonitostima, disciplinama i opasnostima ronjenja na dah. Osposobiti studente za ronjenje na dah uz pravilnu tehniku, upotrebu opreme, timski rad i spašavanje u ronjenju.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti znanje ronjenja na dah. Moći objasniti osnovne principe ronjenja na dah. Primijeniti znanje vježbi disanja, opuštanja i vizualizacije u ronjenju na dah. Primijeniti metodičke principe poučavanja ronjenja na dah početnika. Identificirati opasnosti u ronjenju na dah i moći pomoći.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti osnovne principe ronjenja na dah, - primijeniti vještinu ronjenja na dah, - razumjeti osnovne principe hipoksičnog i hiperkapniskog treninga, - razumjeti osnovna pravila urona i izrona kod različitih disciplina u ronjenju na dah prema CMAS i AIDA protokolu, - izraditi osobni plan ronjenja na dah, - primijeniti metode poučavanja početnika u okviru odgojno-obrazovnog sustava i u rekreaciji, - spasiti unesrećenog ronioca na dah.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja 1. Sportske discipline ronjenja na dah, povijest najvećih uspjeha hrvatskih i svjetskih natjecatelja (1P) 2. Oprema ronilaca na dah (za bazenske discipline i dubinske discipline), specifičnosti vodenoga ambijenta (ronilački refleks), sastav zraka i parcijalni tlakovi pojedinih plinova, promjene vida i sluha u vodi (1P) 3. Osnove fizikalnih zakona koji utječu na ronioca u vodi (djelovanje podvodne fiziološke okoline na organizam), dinamika parcijalnih tlakova u apneju nakon normalnog disanja i nakon hiperventilacije (1P)		



	<ol style="list-style-type: none">4. Problemi i opasnosti ronjenja na dah: pravila, sigurnost i postupci prve pomoći u ronjenju na dah (ispod površine i na površini te u dubinskom ronjenju) (1P)5. Učenje osnovnih tehnika ronjenja sa stereo perajama, s monoperajom i bez peraja (1P)6. Osnove kondicijskog treninga ronilaca na dah (stjecanje opće kondicijske pripreme, mišićna hipertrofija, dijagnostički postupci kod ronilaca na dah) (1P) <p>Teorijsko praktična predavanja i vježbe na bazenu</p> <ol style="list-style-type: none">1. Analiza rezultata inicijalnog mjerenja dinamike (prerona) bez peraja i statike (apneja) (1TPP)2. Oprema ronilaca na dah, priprema, namještanje, opremanje i rješavanje problema s opremom (1TPP)3. Poučavanje pravilnog korištenja ronilačke opreme (peraje, maska, disalica) (1V)4. Tehnike plivanja s opremom na površini (1TPP)5. Poučavanje tehnika plivanja s opremom na površini vode (1V)6. Izjednačavanje tlaka. Održavanje u mjestu s opremom, plivanje s opremom u raznim položajima. Pražnjenje disalice: tehnika izjednačavanja tlaka – Valsalva. (1TPP)7. Poučavanje izjednačavanja tlaka (1V)8. Tehnike urona. Tehnika okomitog urona, urona na noge, lovačkog urona. (1TPP)9. Poučavanje tehnika urona (1V)10. Tehnika opremanja pod vodom. Pražnjenje maske pod vodom, zauzimanje položaja za opremanje. (1TPP)11. Poučavanje tehnika opremanja pod vodom (1V)12. Tehnike pripreme s ciljem produljenja apneje. Tehnike istezanja grudnog koša, disanja, relaksacije i vizualizacije. (1TPP)13. Poučavanje tehnika istezanja grudnog koša, disanja, relaksacije i vizualizacije (1V)14. Tehnike balansiranja u vodi. Zauzimanje adekvatnog položaja u ronjenju (Arhimedov zakon). (1TPP)15. Poučavanje balansiranja u ronjenju (1V)16. Tehnike ronjenja ispod površine vode s opremom i bez opreme. Ronjenje tehnikom stereo peraja, dupin tehnikom i prsnom tehnikom bez peraja. (1TPP)17. Poučavanje tehnika ronjenja ispod površine vode (1V)18. Tehnike urona i izrona prema CMAS i AIDA protokolu (1TPP)19. Poučavanje tehnika urona i izrona prema CMAS i AIDA protokolu (1V)20. Metodski postupci za poboljšanje učinkovitosti kretanja u ronjenju. Izvođenje koluta, spirala i sličnih motoričkih zadataka. (1TPP)21. Poučavanje različitih motoričkih zadataka pod vodom (1V)22. Metodski postupci za produljenje ronilačke apneje. Izvođenje dužih urona u dinamici, zadržavanje daha u statici. (1TPP)23. Ponavljanje dužih urona u dinamici i zadržavanja daha u statici (1V)24. Finalno mjerenje statike (apnea), dinamike (prerona) s perajama i bez peraja (1V)					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	kolokvij	25%	0.5
	pismeni ispit	25%	0.5	praktični rad	25%	0.5
	ukupno					2.0 ECTS
obvezna literatura	1. Zoretić, D., Grčić-Zubčević, N. (2015). Ronjenje na dah. Recenzirani nastavni materijal.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Drviš, I. Trenig ronilaca na dah. – Dio teksta je prijevod knjige Umberto Pelizzari & Stefano Tovaglieri. Manual of Freediving: Underwater on a Single Breath.2. Drviš, I. Tehnike opuštanja. – Dio teksta je prijevod knjige Umberto Pelizzari & Stefano Tovaglieri. Manual of Freediving: Underwater on a Single Breath.					



	3. Lekić, A. (2013). Čimbenici uspješnosti u natjecateljskom ronjenju na dah. Diplomski rad.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



SKIJAŠKO TRČANJE (123774)

nositelj predmeta	izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski		
kancelarija	102/2		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	vjekoslav.cigrovski@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658702		
vanjski suradnik	mr. sc. Igor Božić		
e-mail	skitimimv@hotmail.com		
vanjska suradnica	Lorena Malec Mlinarić, mag. cin.		
e-mail	info@sk-sljeme.hr		
vanjski suradnik	Zoran Skender, prof.		
e-mail	skender@croski.hr		
vanjski suradnik	Gordan Mlinarić, mag. cin.		
e-mail	gordan@sk-sljeme.hr		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni predmet
semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	On-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + terenska nastava		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V + terenska nastava	broj studenata na predmetu	26
ciljevi predmeta	Tijekom nastave iz Izbornog predmeta Skijaško trčanje studenti dobivaju osnovne teorijske, teorijsko-praktične te praktične informacije o skijaškom trčanju kao kineziološkoj aktivnosti. Nastava se provodi u prostorima Kineziološkog fakulteta te u obliku terenske nastave u adekvatnom zimsko-turističkom centru. Dva su osnovna zadatka, cilja ovoga predmeta i oni su kao takvi produkt izrazite specifičnosti ovog kolegija: upoznavanje i usvajanje elemenata klasične i slobodne („skating“) tehnike na razini motoričke manifestacije, demonstracije, upoznavanje i usvajanje svih onih znanja – metodičkih sadržaja poučavanja skijaškog trčanja, poznavanje načina ponašanja u tzv. specifičnim uvjetima tijekom kretanja na skijama na snijegu koji će studentu omogućiti da uspješno odgovori pozivu profesora kineziologije.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći znanja iz osnovnih elemenata klasične i slobodne („skating“) tehnike skijaškog trčanja, metodičkih postupaka u procesu usvajanja tih elemenata te će stečena znanja moći prenositi drugima ili ih primijeniti u situacijskim uvjetima, na stazama za skijaško trčanje. Studenti će nakon uspješno položenog ispita biti osposobljeni za poučavanje osnovnih elemenata skijaškog trčanja kao i za njihovu organizaciju i provedbu u sklopu izvannastavnih i/ili izvanškolskih aktivnosti učenika ili studenata.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - naučiti učenike i/ili studente osnovama skijaškog trčanja, - prepoznati i razlikovati elemente klasične i slobodne skijaške tehnike, - primijeniti metode poučavanja skijaškog trčanja, - analizirati i prepoznati kriterije za evaluaciju usvojenosti tehnike skijaškog trčanja, - integrirati osnove skijaškog trčanja u plan i program zimovanja za učenike i/ili studente, - animirati učenike i/ili studente za skijaško trčanja kao oblik rekreacijske tjelesne aktivnosti, školski sport ili natjecateljski sport, - analizirati i prepoznati kriterije za evaluaciju uspješnosti provedbe programa zimovanja.		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata) Uvodno predavanje o predmetu skijaško trčanje (povijesni razvoj skijaškog trčanja te skijaška literatura) Oprema za skijaško trčanje Tehnike skijaškog trčanja (klasična i slobodna tehnika) Teorijsko praktična predavanja (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata) Kineziološka analiza koraka klasične skijaške tehnike Kineziološka analiza koraka slobodne skijaške tehnike Metodički postupci učenja skijaškog trčanja Skijaško trčanje kao natjecateljski sport (pravila i organizacija natjecanja u skijaškom trčanju) Skijaško trčanje kao sadržaj organiziranih zimovanja Skijaško trčanje kao školski sport Vježbe (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata) Metodički postupci učenja suručnog odguravanje te suručnog odguravanje s međukorakom Metodički postupci učenja dijagonalnog koraka Metodički postupci učenja tehnika penjanja uzbrdo te spusta pluzenjem Metodički postupci učenja tehnika spusta ravno Metodički postupci učenja simetrični 2/1 korak Metodički postupci učenja 1/1 korak					
obveze studenata	Pohađanje svih vrsta nastave.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	pismeni ispit	25%	0.5
	seminarski rad	25%	0.5	usmeni ispit	25%	0.5
	ukupno				2.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Cigrovski, V., Matković, B. i suradnici (2019). Sportovi na snijegu. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.2. Skender, Z. (2012). Skijaško trčanje. Ravna Gora: vlast. nakl.3. Cvetnić, R. (2004). 110 godina skijanja u Zagrebu i Hrvatskoj, od prve skijaške udruge do danas. Zagreb: Pop & pop i Zagrebački skijaški savez.4. Guček, A., Videmšek, D. (2003). Smučanje danas. Ljubljana: ZUTS.5. Jošt, B., Pustovrh, J. (1994). Nordijsko smučanje. Ljubljana: Fakulteta za šport.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Cigrovski, V., Matković, B., Malec, L., Mlinarić, G. (2011). Training koordinacije, važne motoričke sposobnosti za skijaše trkače. U: Zbornik radova Kondicijska priprema sportaša, Zagreb, 25. i 26. 02. 2011., 404-407.2. Cigrovski, V., Matković, B., Malec, L. (2009). Skijaško trčanje kao jedan od sadržaja sporta i rekreacije u zimsko vrijeme. U: Zbornik radova Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i rekreacije, Zagreb 22. 02. 2009., 267-271.3. Cigrovski, V., Matković, B., Malec, L., Mlinarić, G. (2009). Igra kao način poučavanja skijaškog trčanja. U: Zbornik radova 18. ljetne škole kineziologa Hrvatske, Poreč, 23. – 27.06. 2009., 389-395.4. Cigrovski, V., Matković, B., Matković, R. B. (2008). Skijaško trčanje kao rekreacijska aktivnost mladih na zimovanju. Hrvatski športsko-medicinski vjesnik, 23(2), 88-92.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



SPORTSKI PROGRAMI ZA DJECU PREDŠKOLSKE DOBI (123776)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Željko Hraski	
kancelarija		174	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		zeljko.hraski@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658774	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni predmet
semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + dvorana za sportsku gimnastiku		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V + samostalni zadaci + multimedija i mreža	broj studenata na predmetu	18
ciljevi predmeta	Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja o različitim vrstama sportskih programa za djecu predškolske dobi te o učincima primjene tih programa na motorički i uopće cjeloviti rast i razvoj djece.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će se osposobiti za: - kvalitetniju realizaciju sadržaja programa tjelesne i zdravstvene kulture u dječjim vrtićima, - provedbu i interpretaciju provjere (testiranja) motoričkog statusa djece predškolske dobi.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će se osposobiti za: - kreiranje različitih sportskih programa za djecu predškolske dobi, - realizaciju sportskih programa u dječjim vrtićima, - rad s djecom predškolske dobi u trenažnom procesu u različitim sportovima, - provedbu dijagnostike motoričkog statusa djece predškolske dobi, - konstrukciju i provedbu različitih igara usmjerenih na razvoj specifičnih sportskih kompetencija djece predškolske dobi		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata) 1. Karakteristike motoričkog razvoja djece predškolske dobi. Utjecaj tjelesne i sporta na zdrav, aktivan i produktivan život djece. Postojeće stanje, trend razvoja. 2. Specifičnosti dječjeg svijeta sporta. Različite vrste sportskih programa za djecu predškolske dobi i njihove karakteristike. Ciljevi predškolskih sportskih programa. Posebnosti predškolskih sportskih programa za djecu s posebnim potrebama. 3. Dijagnostika motoričkog napretka. Transformacije antropoloških karakteristika djece pod utjecajem različitih sportskih programa. Razvoj motoričkih sposobnosti i vještina u funkciji kognitivnog, socijalnog i emotivnog razvoja djece Teorijsko praktična predavanja i vježbe (svaka se tema obrađuje 2TPP+2V) 1. Metodičko oblikovanje: organizacijski oblici, metodičke forme i distribucija sadržaja – specifičnosti u radu s djecom predškolske dobi 2. Razvoj motoričkih vještina – prirodni oblici kretanja 3. Razvoj motoričkih vještina – gimnastika, atletika, plivanje 4. Razvoj motoričkih vještina – sportovi s loptom 5. Razvoj motoričkih vještina – ostali sportovi		



	6. Igre usmjerene na razvoj specifičnih kinezioloških kompetencija djece predškolske dobi					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivno sudjelovanje na TP predavanjima i vježbama. Individualna i grupna priprema prezentacije novih vještina savladanih tijekom slušanja predmeta					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	seminarski rad	25%	0.5
	praktični rad	25%	0.5	usmeni ispit	25%	0.5
	ukupno					2.0 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Hraski, Ž. (2002). Utjecaj programiranih tjelesnih aktivnosti na rast i razvoj djece predškolske dobi. u: Findak, V. (ur.), Zbornik radova 11. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske Programiranje rada u području edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije, Rovinj, 22. - 26. lipnja 2002. Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 242-243.2. Hraski, Ž. (2005). Načela realizacije sportskih programa za djecu predškolske dobi. u: Kunstek, M. i sur. (ur.) Zbornik radova Međunarodnog skupa Dijete u kretanju, Dani dječjih vrtića grada Zagreba, 2005, Zagreb: Gradski ured za obrazovanje i šport, 20-24.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Hraski, Ž. (2003). Integrating sport into kindergarten curriculum. u: Puhak, S., Kristić, K. (ur.) Proceedings Book of the XVIth European Sports Conference Making Sport Attractive for All, Dubrovnik, September 24 - 26, 2003, Zagreb: Ministry of Education and Sport of the Republic of Croatia, 108-1122. Hrvoj, J., Fočić, B., Vrbanović, Lj., Bujanić, R., Hraski, Ž. (2005). Športski vrtić Jarun. u: Kunstek, M. i sur. (ur.) Zbornik radova Međunarodnog skupa Dijete u kretanju, Dani dječjih vrtića grada Zagreba, 2005., Zagreb: Gradski ured za obrazovanje i šport, 149-155.3. Hraski, M., Hraski, Ž. (2010). <i>Sportski program za djecu predškolske dobi</i>. <i>Zrno : časopis za obitelj, vrtić i školu</i>, 92 (2010), 118; 7-84. Hraski, Ž., Hraski, M., Stojsavljević, V. (2011). Razvoj koordinacije kod djece predškolske dobi. u: Jukić, I., Gregov, C., Šalaj, S., Milanović, L., Trošt-Bobić, T., Bok, D. (ur.) 9. godišnja međunarodna konferencija Kondicijska priprema sportaša 2011 - Trening koordinacije, Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 101-104.5. Tomac, Z. Hraski, Ž. (2016). <i>Influence of Familiarization of Preschool Children With Motor Tests on Test Results and Reliability Coefficients // Perceptual and motor skills</i>, 123 (2016), 3; 717-736					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



STRATEŠKO PROGRAMIRANJE U SPORTU (123779)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Dario Škegro	
kancelarija		117	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		dario.skegro@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658656	
nastavnik		doc. dr. sc. Zrinko Čustonja	
kancelarija		117	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		zrinko.custonja@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658717	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni predmet
semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S	broj studenata na predmetu	22
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za strateško promišljanje o aktualnim problemima i perspektivama razvoja sporta. Nadalje, studenti trebaju naučiti kako pristupiti izradi strateškog plana i programa razvoja sporta na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Poznavati osnovne elemente ustroja i funkcioniranja sporta na razini grada, općine, županije i države. Stečenim će znanjima studenti moći značajno doprinijeti razvoju školskog i klupskog sporta, sporta za sve i sporta osoba s invaliditetom. Osposobljenost za uključivanje u stručne timove za izradu strateških dokumenata na svim razinama funkcioniranja sporta.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Identificirati i analizirati osnovne karakteristike sporta u hrvatskom društvu. Objasniti i kritički vrednovati elemente za izradu strategije razvoja sporta. Primijeniti znanje u izradi programa razvoja sporta uvažavajući sve potrebne resurse: sportaši, tehnologija sportske pripreme, treneri i stručni kadrovi, objekti i oprema, međudržavna suradnja i znanstveno-istraživački rad.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja <ol style="list-style-type: none">1. Sport u suvremenom hrvatskom društvu: ustroj sporta i sportsko zakonodavstvo (1P)2. Sportaši: selekcija, kategorizacija, stimulacija i naknada za ostvarena postignuća (2P)3. Treneri i stručni kadrovi u hrvatskom sportu: osposobljavanje, školovanje, zapošljavanje, socijalno-radni status, stručno usavršavanje (2P)4. Objekti i oprema za potrebe sporta: planiranje, izgradnja, održavanje i korištenje sportskih objekata i opreme (1P)5. Međudržavna suradnja: međunarodne sportske asocijacije, međunarodne znanstvene udruge, sudjelovanje hrvatskih predstavnika u međunarodnom sportu (1P)6. Školovanje sportaša: odjeljenja sportaša u osnovnoj i srednjoj školi, sportaši u visokoškolskom sustavu, osnovne i srednje sportske škole (1P)7. Žene u sportu: zastupljenost žena u sportu. Specifičnosti treninga žena sportašica. (1P)8. Tehnologija sportske pripreme: unapređenje dijagnostičkih postupaka (2P)9. Suvremene metode programiranja transformacijskih procesa (2P)10. Strateški pravci razvoja sporta i sportske pripreme (2P)		



	Seminari <ol style="list-style-type: none">1. Izrada programa razvoja sporta na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini (1S)2. Lokalni, regionalni i nacionalni program razvoja školskog sporta i sporta na visokim učilištima (2S)3. Lokalni, regionalni i nacionalni program razvoja sporta za sve (2S)4. Lokalni, regionalni i nacionalni program razvoja vrhunskog – selektivnog sporta (2S)5. Lokalni, regionalni i nacionalni program razvoja sporta osoba s invaliditetom (2S)6. Unapređenje dijagnostičkih postupaka i primjena rezultata testiranja (2S)7. Primjena suvremenih metoda u planiranju, programiranju i kontroli transformacijskih procesa u sportu (2S)8. Novi pravci u razvoju transfera znanja u području sporta (2S)												
obveze studenata													
praćenje rada studenata	<table border="1"><tr><td>pohađanje nastave</td><td>25%</td><td>0.5</td><td>seminarski rad</td><td>25%</td><td>0.5</td></tr><tr><td>usmeni ispit</td><td>50%</td><td>1</td><td>ukupno</td><td colspan="2">2.0 ECTS</td></tr></table>	pohađanje nastave	25%	0.5	seminarski rad	25%	0.5	usmeni ispit	50%	1	ukupno	2.0 ECTS	
pohađanje nastave	25%	0.5	seminarski rad	25%	0.5								
usmeni ispit	50%	1	ukupno	2.0 ECTS									
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Milanović, D., Čustonja, Z., Bilić, D. (ur.) (2011) Temeljna načela i smjernice razvoja športa u Republici Hrvatskoj. Zagreb: Nacionalno vijeće za šport i Ministarstvo znanosti obrazovanja i športa Republike Hrvatske.2. Milanović, D. i sur. (2009) Strategija razvoja školskoga športa u Republici Hrvatskoj 2009. – 2014. Zagreb: Ministarstvo znanosti obrazovanja i športa Republike Hrvatske.3. Milanović, D. (ur.) (2001). Stanje i perspektive zagrebačkog sporta. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački športski savez												
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Milanović, D. (2000). Strategija razvoja sporta u Hrvatskoj. Olimp, 4, 4-7.2. Milanović, D. (2000). Hrvatski sportski model za 21. stoljeće. Olimp, 5, 8-11.3. Milanović, D., Jukić, I., Šimek, S. (2007). Antropološka, metodološka i metodička istraživanja kao čimbenik stručnog rada u području sporta, Zbornik radova 16. ljetne škole kineziologa, 32-48.4. Milanović, D., Jukić, I., Šimek, S. (2003). Role of the sport profession and qualified personnel. Proceedings book of XVI European Sport Conference Making sport attractive for all, Dubrovnik, Croatia.175-183.5. Milanović, D., Šalaj, S., Gregov, C. (2011). Nove tehnologije u dijagnostici pripremljenosti sportaša. Zbornik radova 20. ljetne škole kineziologa (u tisku).												
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.												



PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA VII. SEMESTRA

Šifra predmeta	PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
123720	Kineziološka analiza u hrvanju	izv. prof. dr. sc. Mario Baić	30		30	7.0
123722	Kineziološka analiza u jedrenju	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	30		30	7.0
162553	Kineziološka analiza u kajakaštvu	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	30		30	7.0
123754	Sportsko-rekreacijska medicina	izv. prof. dr. sc. Marija Rakovac	50		10	7.0
123756	Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka I	doc. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić	15	45		7.0
123746	Kineziološka analiza u kondicijskoj pripremi sportaša	doc. dr. sc. Daniel Bok	30		30	7.0
123725	Kineziološka analiza u košarci	prof. dr. sc. Damir Knjaz	30		30	7.0
123729	Kineziološka analiza u nogometu	doc. dr. sc. Valentin Barišić	30		30	7.0
162554	Kineziološka analiza u plesu	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	30		30	7.0
123733	Kineziološka analiza u plivanju	doc. dr. sc. Klara Šiljeg	30		30	7.0
123739	Kineziološka analiza u skijanju	prof. dr. sc. Bojan Matković	30		30	7.0
123759	Osnove organizacije i menadžmenta	doc. dr. sc. Ivana Nečinović Braje	45	15		7.0
predmet/i izbornih smjerova			7 ECTS			



HRVANJE – kineziološka analiza u hrvanju (123720)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Mario Baić	
kancelarija		136	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		mario.baic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658736	
suradnik		Damir Pekas, prof.	
kancelarija		137	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		damir.pekas@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658737	
vanjski suradnik		Tomislav Mićuda mag.cin.	
e-mail		tomislav.micuda@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		dr. sc. Kristijan Slačanac, predavač	
e-mail		kristijan.slacanac@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Hrvanje s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	On-line nastava u sustavu Merli i Microsoft Teams-u - (V) dvorana A		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30V	broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kineziološka analiza Hrvanja ima cilj formirati visoko educirani stručni kadar s posebnim znanjima vezanim za strukturne i biomehaničke karakteristike svih faza i podfaza sportske aktivnosti, a koje zajedno tvore strukture gibanja te strukture situacija u hrvanju (klasičnim, slobodnim i grappling načinom).		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Kineziološka analiza hrvanja studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje struktura gibanja i struktura situacija u: <ul style="list-style-type: none">- hrvanju u edukaciji – obavezni i izvannastavni sadržaji,- natjecateljskim hrvačkim sportovima,- radu sa specifičnim populacijama (sportaši u ostalim sportovima u kojima hrvanje ima svoju primjenu te vojska i policija).		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: <ul style="list-style-type: none">- ustroju hrvačkog sporta u Hrvatskoj i svijetu,- osnovnim karakteristikama i klasifikaciji struktura gibanja i struktura situacija,- biomehaničkim karakteristikama struktura gibanja u hrvanju,- anatomskoj analizi hrvanja,- analizi standardnih pokazatelja natjecateljske efikasnosti u hrvanju,- kineziološkoj analizi taktike hrvanja,- kineziološkoj analizi naprednih grupacija tehnika iz klasičnog, slobodnog i grappling načina hrvanja,- kineziološkoj analizi naprednih specifičnih hrvačkih vježbi u paru (vučenje, potiskivanje i nošenje partnera na različite načine) te padova i vježbe mosta.		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja <ol style="list-style-type: none">1. Ustroj hrvačkog sporta u Hrvatskoj i svijetu (2P)2. Analiza hrvanja: osnovne karakteristike i klasifikacija struktura gibanja i struktura situacija. Strukturna analiza hrvanja: identifikacija tipičnih struktura, faza, subfaza gibanja i strukturalnih jedinica, analiza faze obrane i napada. Biomehaničke karakteristike strukture gibanja (kinematički, dinamički i elektromiografski). Modeliranje na temelju biomehaničkih parametara. Utjecaj biomehaničkih karakteristika na efikasnost i rezultat u hrvanju. (2P)3. Anatomska analiza hrvanja. Uključenost mišića, mišićnih skupina i zglobova tijekom izvođenja gibanja. Tipovi mišićnih naprezanja. Funkcionalna analiza hrvanja dominacija energetskih procesa. Prehrana i regulacija tjelesne težine hrvača te utjecaj navedenoga na rad mišića i energetske procese. (2P)4. Analiza standardnih pokazatelja natjecateljske efikasnosti u hrvanju. Analiza trendova natjecateljskih rezultata. Registracija i ocjena efikasnosti tehničkih elemenata. Pokazatelji tehničke efikasnosti. Utjecaj efikasnosti tehnika na natjecanjima, njihove frekvencija i valorizacije u odnosu na konačan natjecateljski rezultat. (2 P)					
	Teorijsko-praktična predavanja i vježbe <ol style="list-style-type: none">1. Kineziološka analiza taktike hrvanja. Definicija strategije i taktike hrvanja. Taktička formacija borbe: napadačka, obrambena i kontranapadačka taktika. Taktika vođenja borbe sa različitim protivnicima. Izrada taktičkog plana borbe. Analiza taktike vođenja borbe na velikim međunarodnim i domaćim natjecanjima (pojedinačna i ekipna). Registracija i vrednovanje taktičke uspješnosti. Utjecaj pravila na izbor tehničko-taktičkih aktivnosti. (2TPP+2V)2. Kineziološka analiza taktičke pripreme tehnika u stojećem položaju (2TPP+4V)3. Kineziološka analiza taktičke pripreme tehnika u parternom položaju (2TPP+4V)4. Kineziološka analiza naprednih grupacija tehnika iz klasičnog načina hrvanja u stojećem položaju – iz visoko zavučene jedne i obje ruke (2TPP+2V)5. Kineziološka analiza naprednih grupacija tehnika iz klasičnog načina hrvanja u stojećem položaju – iz „vanjskog hvata“ (2TPP+2V)6. Kineziološka analiza naprednih grupacija tehnika iz klasičnog načina hrvanja u parternom položaju – dizanja i okretanja (2TPP+4V)7. Kineziološka analiza naprednih grupacija tehnika iz klasičnog načina hrvanja u parternom položaju – obrane od dizanja i okretanja (2TPP+4V)8. Kineziološka analiza naprednih grupacija tehnika iz slobodnog načina hrvanja u stojećem položaju (2TPP+2V)9. Kineziološka analiza naprednih grupacija tehnika iz slobodnog načina hrvanja u parternom položaju (2TPP+2V)10. Kineziološka analiza naprednih grupacija tehnika iz grappling načina hrvanja – gušenja, poluge. (2TPP+2V)11. Kineziološka analiza naprednih specifičnih hrvačkih vježbi u paru (vučenje, potiskivanje i nošenje partnera na različite načine) te padova i vježbe mosta. (2TPP+2V)					
obveze studenata	30 sati prakse u okviru nastavnog procesa Kineziološkog fakulteta i hrvačkog kluba. Studenti su obavezni sudjelovati u pisanju seminarskih radova vezanih za Kineziološku analizu hrvanja.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	14%	1	kolokvij	7%	0.5
	praktični ispit	43%	3	usmeni ispit	36%	2.5
ukupno					7.0 ECTS	



obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Marić, J., Baić, M., Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima.2. Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.3. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Cvetković, Č., Marić, J., Marelić, N. (2005). Technical efficiency of wrestlers in relation to some anthropometric and motor variables. <i>Kinesiology</i>, 37 (1), 74 – 83.2. Kraemer, W. J., Fry, A. C., Rubin, M. R., McBride, T. T., Gordon, S. E., Koziris, L. P., Lynch, J. M., Volek, J. S., Meuffels, D. E., Newton, R. U., Fleck, S. J. (2001). Physiological and Performance Responses to Tournament Wrestling. <i>Med. Sci. Sports. Exerc.</i>, 33 (8): 1367-1378.3. Marić, J., Kuleš, B., Jerković, S., Blašković, M., Cvetković, Č. (1996). Dijagnosticiranje i prognoziranje sportskih rezultata u hrvanju grčko-rimskim načinom. Zbornik radova III. Konferencije o sportu Alpe-Jadran, Rovinj.4. Shahmuradov, Jn. A. (1996). Free style wrestling. Rome: FILA.5. Petrov, R., Dobrev, D., Berberov, N., Makaveev, O. (1977). Svobodna i klasičeska borba. Sofija: Medicina i fizkultura. (prijevod na hrvatski s bugarskog).
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



JEDRENJE – kineziološka analiza u jedrenju (123722)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Nikola Prleđa	
kancelarija		140/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		nikola.prlenda@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658703	
vanjski suradnik		Vladetić Mladen mag.cin.	
e-mail		mladenvladetic@gmail.com	
vanjski suradnik		Kliba Dario prof.	
e-mail		dario.kliba@gmail.com	
vanjski suradnik		David Hrabrić mag.cin.	
e-mail		david.hrabric@yahoo.com	
vanjski suradnik		Špoljarić Zoran mag.cin.	
e-mail		zoranspoljaric86@gmail.com	
vanjski suradnik		Slatki Dino mag.cin.	
e-mail		slatki.dino@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Sportovi na vodi s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + terenska nastava na Jarunu i moru		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30V + terenska nastava + samostalni zadaci + mentorski rad	očekivani broj studenata na predmetu	26
ciljevi predmeta	Dati studentima temeljna teorijska i praktična znanja o strukturama gibanja, metodama poduke, učenja i vježbanja te uspostaviti kriterije za procjenu usvojenosti jedriličarskih tehnika. Ukazati na aplikacijske vrijednosti nabrojanih sportova u području edukacije, rekreacije i agonistike.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Kroz predmet Kineziološka analiza Jedrenja, studenti će moći temeljem stečenih znanja iz Kineziološke analize moći uspješno demonstrirati, definirati i analizirati pojedine jedriličarske tehnike u pojedinim klasama te mjerodavno procijeniti razinu usvojenosti pojedine jedriličarske tehnike – klase.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U okviru izbornog modula Jedrenje, kroz predmet Kineziološka analiza studenti će steći znanja o: - osnovnim kineziološkim i antropološkim karakteristikama; - strukturalnoj analizi pojedinih jedriličarskih klasa (jednosjed, dvosjed, višesjed); - biomehaničkoj analizi jedriličara po pojedinim klasama; - funkcionalnoj analizi jedriličara po klasama; - anatomskoj analizi jedriličara po pojedinim klasama; - tehničko-taktičkim zatjevnostima jedrenja po klasama.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja (30 sati) - Povijest, organizacija i regatna pravila jedrenja u Svijetu i kod nas, utjecaj pravila na evoluciju plovila i tipa regata, aktualna pravila i suđenje (4P)		



prema satnici nastave	<ul style="list-style-type: none"> - Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje Jedrenja, analiza kretnih struktura po klasama (jednosjed, dvosjed i višesjed) (4P) - Kineziološka analiza promjene smjera jedrenja u privjetrinskom kvadrantu (2P) - Kineziološka analiza promjene smjera jedrenja u zavjetrinskom kvadrantu (2P) - Kineziološka analiza promjene smjera jedrenja s jednih na druge uzde u privjetrinskom kvadrantu (2P) - Kineziološka analiza promjene smjera jedrenja s jednih na druge uzde u zavjetrinskom kvadrantu (2P) - Biomehanička analiza, karakteristike jedrenja: jednosjed, dvosjed i višesjed (kinematička, dinamička, anatomska i fazna struktura) (2P) - Vrste natjecanja; olimpijski trokut, dvoboj jedrenje, navigacijsko jedrenje (2P) - Analiza tehnike-taktike starta, privjetrinskih dionica (trokut, štap), polukrmenih i krmenih dionica, cilja (4P) - Metode, postupci i mjerni instrumenti za analizu jedrenja. Video i vizualna analiza tehnike jedrenja: jednosjed, dvosjed i višesjed. (2P) - Ocjena efikasnosti tehničko-taktičkih elemenata netjecateljskog jedrenja po klasama i dionicama regatnog polja (4P) <p>Vježbe (30 sati)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje jedriličarske tehnike u jednosjedu (2V) - Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje prihvaćanja (dvosjed, višesjed) (2V) - Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje otpadanja (dvosjed, višesjed) (2V) - Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje letanja (dvosjed, višesjed) (4V) - Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje kruženja (dvosjed višesjed) (4V) - Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje jedrenja u smjerovima oštro uz vjetar, bočnim vjetrom, polukrmenim vjetrom, krmenim vjetrom (dvosjed, višesjed) (4V) - Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje upravljanja kormilom i upravljanja naginjanjem jedrilice (dvosjed, višesjed) (2V) - Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje jedrenja sa spinakerom (dvosjed, višesjed) (2V) - Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje tehničko-taktičkih elemenata starta, plutače br. 1, plutače br. 2 i plutače br. 3, ciljne plutače (dvosjed višesjed) (2V) - Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje regatnog jedrenja u „olimpijskom trokutu“, „dvoboj jedrenju“ i „navigacijskom jedrenju“ (4V) - Praćenje regate i ocjena efikasnosti tehničko-taktičkih elemenata starta, okreta na plutačama, cilja u dvosjedu i višesjedu (2V) 					
obveze studenata	Pohađanje svih oblika nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	29%	2	kolokvij	14%	1
	seminarski rad	14%	1	pismeni ispit	29%	2
	usmeni ispit	14%	1	ukupno		7.0 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Prlenda, N. (2019). Jedrenje i jedrenje na dasci. Nastavni materijal 2. Bond, B. (1980). Sve o jedrenju. Zagreb: Mladost. 3. ISAF/HJS. (2016-2020). Pravila jedriličarskih natjecanja. Regatna pravila 4. Dedekam, I. (2004). Trimanje jedara i jarbola. Zagreb: Fabra 5. Vitaljić, S. (2005). Biti brži. Zagreb 6. Driscoll, J. (2003). Jedrenje. Rijeka: Dušević & Kršovnik d.o.o. 					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. http://www.sailing.org/classesandequipment/olympic/index.php 2. http://www.hjs.hr/ 3. Conner, D. & Levitt, M.(1997). Naučite jedriti. Zagreb: Gandalf d.o.o. 					



	<ol style="list-style-type: none">4. Tomašević, E. (2007). Jedrenje - Mornarske vještine. Split: Pajet d.o.o.5. Sleight, S. (2004). Priručnik za jedrenje. Zagreb: Znanje d.d.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



KAJAKAŠTVO – kineziološka analiza u kajakaštvu (162553)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	
kancelarija		140/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		nikola.prlenda@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658703	
vanjski suradnik		Bolčević Filip mag.cin.	
e-mail		filip.bolcevic@gmail.com	
vanjski suradnik		Crnković Tomislav univ.bacc.cin.	
e-mail		tomislavcanoe@yahoo.com	
vanjski suradnik		Kajfež Ivor mag.cin.	
e-mail		ivor.kajfez@gmail.com	
vanjski suradnik		Mirković Luka mag.cin.	
e-mail		luka.mirk@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Sportovi na vodi s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + terenska nastava		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30V + terenska nastava + samostalni zadaci + mentorski rad	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s osnovnim postavkama Kajakaštva a koji su sadržani unutar tema povijesti, nastanka i razvoja, aktualnim pravilima i njihovom tumačenju unutar Kajakaštva te načinu funkcioniranja organiziranih sustava (saveza) koji promiču i upravljaju sportskom aktivnosti na domaćoj i međunarodnoj razini.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Kineziološka analiza Kajakaštva studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje struktura gibanja i struktura situacija u natjecateljskom i rekreativnom kajakaštvu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U okviru izbornog modula Kajakaštvo, kroz predmet Kineziološka analiza studenti će steći znanja o: <ul style="list-style-type: none">• tipičnim strukturama gibanja u kajakaštvu• tipičnim strukturama situacija u kajakaštvu• kinematičkim karakteristikama struktura sporta• kinetičkim karakteristikama struktura u kajakaštvu• funkcionalnim sposobnostima u kajakaštvu• anatomskim karakteristikama motoričke izvedbe u kajakaštvu• karakteristikama kajakaštva prema strukturalnoj složenosti• karakteristikama kajakaštva prema dominaciji energetske procesa• karakteristikama kajakaštva prema načinu registracije sportskog rezultata• notacijska analiza		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	PREDAVANJA (30 sati) <ol style="list-style-type: none">1. Analiza kajakaštva prema strukturnoj složenosti - 2 sata2. Analiza kajakaštva prema biomehaničkim parametrima - 2 sata3. Analiza kajakaštva prema dominaciji energetske procesa – 2 sata4. Registracija i analiza biomehaničkih pokazatelja uspješnosti u kajakaštvu – 4 sata5. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih jedinica tehnike u kajakaštvu – 4 sata6. Fazna struktura izvedbe tehničkih elemenata – 4 sata7. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih elemenata taktike u kajakaštvu – 4 sata8. Fazna struktura izvedbe taktičkih elemenata – 4 sata9. Komparativna analiza izvedbe tehničkih elemenata kajakaša različite dobi i razine natjecanja – 2 sata10. Komparativna analiza izvedbe taktičkih elemenata kajakaša različite dobi i razine natjecanja – 2 sata VJEŽBE (30 sati) <ol style="list-style-type: none">1. Analiza kajakaštva prema strukturnoj složenosti – 4 sata2. Analiza kajakaštva prema biomehaničkim parametrima – 3 sata3. Analiza kajakaštva prema dominaciji energetske procesa – 3 sata4. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih jedinica tehnike u kajakaštvu – 4 sata5. Fazna struktura izvedbe tehničkih elemenata – 4 sata6. Analiza struktura, podstruktura i strukturnih elemenata taktike u kajakaštvu – 4 sata7. Fazna struktura izvedbe taktičkih elemenata – 4 sata8. Komparativna analiza izvedbe tehničkih elemenata kajakaša različite dobi i razine natjecanja – 2 sata9. Komparativna analiza izvedbe taktičkih elemenata kajakaša različite dobi i razine natjecanja – 2 sata					
	obveze studenata	Pohađanje svih oblika nastave				
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	20%	1.4	praktični ispit	40%	2.8
	teorijski ispit	40%	2.8	ukupno	7.0 ECTS	
obvezna literatura	1. S.Dillon, P. & Oyen, J.(2009). Kayaking. USA: American Canoe Association					
dopunska literatura						
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KINEZILOŠKA REKREACIJA – sportsko-rekreacijska medicina (123754)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Marija Rakovac, dr. med.	
kancelarija		31	
konzultacije		petkom od 11.00 do 12.00 sati (Microsoft Teams)	
e-mail		marija.rakovac@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658651	
vanjski suradnici		doc. dr. sc. Bojana Knežević, dr. med.	
e-mail		bojkneze@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VII. – zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Kineziološke rekreacije	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) i (V) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 50P + 10V	očekivani broj studenata na predmetu	12
ciljevi predmeta	Upoznati studente s preporukama SZO-e i drugih međunarodnih organizacija o razinama tjelesne aktivnosti, postupcima savjetovanja pacijenata, s povezanošću propisivanja i programiranja vježbanja sa zdravstvenim i funkcionalnim statusom korisnika. Upoznati postupke utvrđivanja zdravstvenog i funkcionalnog statusa, utvrđivanja i stratifikacije zdravstvenih rizika, načine propisivanja vježbanja, upućivanja pacijenata u sportsko-rekreacijske programe, kontrole kvalitete programa i vrednovanja učinaka provedenog programa.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Stjecanje kompetencije za suradnju s liječnicima primarne zdravstvene zaštite u Zdravstvenom savjetovalištu za sportsku rekreaciju, razumijevanje rizika i kontraindikacija za vježbanje, poznavanje znakova i simptoma opasnosti tijekom vježbanja te provođenje neposrednih mjera smanjenja ili uklanjanja opasnosti. Suradnja s administracijom i NGO-om na promicanju tjelesnog vježbanja i na implementaciji kinezioloških mjera zaštite i unapređenja zdravlja i prevencije kroničnih nezaraznih bolesti. Programiranje sportsko-rekreacijskih aktivnosti za zdrave i za osobe s kroničnim poremećajima i bolestima.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Poznavanje odnosa razine podražaja tjelesne aktivnosti i zdravstvenog ishoda- Poznavanje međunarodnih preporuka za učinkovitu zdravstveno usmjerenu tjelesnu aktivnost- Poznavanje organizacije i funkcioniranja Zdravstvenog savjetovišta za sportsku rekreaciju- Poznavanje principa savjetovanja, postavljanja ciljeva i propisivanja vježbanja- Poznavanje postupka prethodnog pregleda i utvrđivanja rizika i kontraindikacija za vježbanje- Poznavanje određenih kliničkih entiteta i povezivanje s postavljanjem ciljeva i programa tjelesnog vježbanja- Poznavanje kriterija i vrednovanja kvalitete rada centara za sportsku rekreaciju		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe <ol style="list-style-type: none">1. Uvodno predavanje – uvod u sportsko-rekreacijsku medicinu. Pregled smjernica za zdravstveno-usmjerenu tjelesnu aktivnost (2P)2. Prethodni zdravstveni pregled i stratifikacija rizika (2P)3. Praćenje fizioloških parametara – frekvencija srca i krvni tlak (2P+2V)		



	<ol style="list-style-type: none">4. Utvrđivanje razine energetske potrošnje (2P)5. Korištenje metaboličkih jednadžbi u propisivanju TV-a (2P)6. Procjena fitnesa za zdravlje – uvod u dijagnostiku u rekreaciji (2P)7. Procjena sastava tijela (2P + 2V)8. Procjena srčano-žilnog fitnesa (2P + 2V)9. Procjena mišićnog fitnesa (2P + 2V)10. Procjena fleksibilnosti i ravnoteže (2P + 2V)11. Eurofit baterija testova (2P)12. Alphafit baterija testova za odrasle i za djecu (2P)13. Temeljni principi savjetovanja, postavljanja ciljeva i propisivanja vježbanja (2P)14. Temeljni koncept mobilizacije motivacije za vježbanje (2P)15. Ciljevi i propisivanje vježbanja za srčano-žilni fitnes (2P)16. Ciljevi i propisivanje vježbanja za regulaciju tjelesne težine (2P)17. Ciljevi i propisivanje vježbanja za unapređenje mišićnog fitnesa (2P)18. Ciljevi i propisivanje vježbanja kod artritisa i osteoporoze (2P)19. Tjelesna aktivnost i zdravlje djece (2P)20. Ciljevi i propisivanje vježbanja kod starijih osoba (2P)21. Zdravstveni rizici tjelesne aktivnosti (2P)22. Ciljevi i propisivanje vježbanja kod hipertenzije i srčano-žilnih bolesti (2P)23. Ciljevi i propisivanje vježbanja kod dijabetesa; Ciljevi i propisivanje vježbanje kod osoba s prekomjernom tjelesnom težinom (2P)24. Ciljevi i propisivanje vježbanja kod astme i nekih drugih plućnih bolesti (2P)25. Zdravstveno savjetovanje za sportsku rekreaciju, uloga stručnog tima u promicanju, savjetovanju i propisivanju tjelesnog vježbanja (2P)												
obveze studenata	Aktivno praćenje nastave i rješavanje tjednih zadataka.												
praćenje rada studenata	<table border="1"><tr><td>pohađanje nastave</td><td>21%</td><td>1.5</td><td>usmeni ispit</td><td>79%</td><td>5.5</td></tr><tr><td colspan="4" style="text-align: right;">ukupno</td><td colspan="2" style="text-align: center;">7.0 ECTS</td></tr></table>	pohađanje nastave	21%	1.5	usmeni ispit	79%	5.5	ukupno				7.0 ECTS	
pohađanje nastave	21%	1.5	usmeni ispit	79%	5.5								
ukupno				7.0 ECTS									
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">2. Heimer, S. (ur.) (2012). <i>Sportsko-rekreacijska medicina – izbor tekstova za potrebe nastave</i>. Skripta Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu.3. Mišigoj-Duraković, M. i suradnici (2018). <i>Tjelesno vježbanje i zdravlje</i>. Zagreb: Znanje.												
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Medicus, Vol. 28 No. 2 Tjelesna aktivnost, 2019. Tema broja: Tjelesna aktivnost kao lijek. Gošća urednica broja: doc.dr. Marija Rakovac, dr.med. Članci su u cijelosti besplatno dostupni na stranici: https://hrcak.srce.hr/index.php?show=toc&id_broj=181662. Arhiv za higijenu rada i toksikologiju, Vol.63 No.Supplement 3. Poseban broj časopisa <i>Arhiv za higijenu rada i toksikologiju</i> s člancima priopćenim na znanstvenom simpoziju pod nazivom „Sport, tjelesna aktivnost i zdravlje“, 2012. Članci su u cijelosti besplatno dostupni na stranici: http://hrcak.srce.hr/index.php?show=toc&id_broj=74263. Heimer, S. (ur.) (2011). Zbornik radova „Tjelesna aktivnost i zdravlje - Uloga tjelesne aktivnosti u prevenciji i liječenju prekomjerne tjelesne težine i pretilosti“. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet. (zbornik dostupan u knjižnici Fakulteta)4. Heimer, S. (ur.) (2012). Zbornik radova „Tjelesna aktivnost i zdravlje – Uloga tjelesne aktivnosti u prevenciji i liječenju koronarne bolesti srca“. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet. (zbornik dostupan u knjižnici Fakulteta)												



	<p>5. Heimer, S. (ur.) (2013). Zbornik radova „Tjelesna aktivnost i zdravlje – Tjelesna aktivnost u prevenciji, liječenju i rehabilitaciji šećerne bolesti“. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet. (zbornik dostupan u knjižnici Fakulteta)</p> <p>Internetske stranice:</p> <p>6. Europska mreža za promicanje zdravstveno-usmjerene tjelesne aktivnosti. (HEPA Europe - European network for the promotion of health-enhancing physical activity). http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/physical-activity/activities/hepa-europe</p> <p>7. Svjetska zdravstvena organizacija – stranice o tjelesnoj aktivnosti. http://www.who.int/topics/physical_activity/en/</p> <p>8. Exercise is Medicine. http://exerciseismedicine.org/</p>
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



KINEZITERAPIJA – metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka I

(123756)

nositeljica predmeta	izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović		
kancelarija	115		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	lidija.petrinovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658715		
nastavnica	doc. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić		
kancelarija	202		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	tatjana.trost-bobic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658659		
vanjska suradnica	doc. dr. sc. Gordana Grozdek-Čovčić		
e-mail	gordana.grozdek-covcic@zvu.hr		
vanjski suradnik	dr. sc. Vangelis Chatzilelekas, prof.		
e-mail	chatzilelekas@gmail.com		
vanjska suradnica	dr. sc. Ljiljana Širić, prof. logopedije		
e-mail	ljiric@gmail.com		
vanjski suradnik	Dario Maravić, mag. Cin.		
e-mail	dario713@gmail.com		
vanjska suradnica	Andrea Mohorović, mag, cin		
e-mail	andrea.mohorovic1@gmail.com		
vanjski suradnik	Sandro Venier, mag. cin		
e-mail	veniersandro@gmail.com		
vanjska suradnica	Maja Babić, dr. med.		
e-mail	maja.babic5@hotmail.com		
vanjska suradnica	Jadranka Brozd, dipl. fizioth.		
e-mail	info@jadrankabrozd.hr		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VII. – zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Kineziterapije	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) i (S) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u – dvorana		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30S + vježbe	broj studenata na predmetu	27
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za razumijevanje određenih bolesti i oštećenja te usvajanje metodičkih znanja potrebnih za planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Kroz stečena znanja studenti će biti osposobljeni za: - prepoznavanje određenih stanja i bolesti; - planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka; primjenu kineziterapijskih postupaka u praksi.		



očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U oblikovanju ishoda učenja studenti će moći definirati i analizirati: <ul style="list-style-type: none">- različita stanja i slabosti pojedinih sustava;- značajke pojedine bolesti ili oštećenja;- dijagnostičke postupke kojima je cilj definiranje stanja bolesti;- metodičke postupke unutar ciljanog kineziterapijskog programa; način planiranja i programiranja ciljanih kineziterapijskih procedura.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja <ol style="list-style-type: none">1. Cerebralna paraliza (4P)2. Progresivna mišićna distrofija (4P)3. Mijastenija gravis (4P)4. Multipla skleroza (4P)5. Dječja paraliza (4P)6. Epilepsije (4P)7. Ozljeđe leđne moždine, paraplegija, kvadriplegija, parapareza, kvadripareza (6P) Seminari ((svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata) <ol style="list-style-type: none">1. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s cerebralnom paralizom2. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s progresivnom mišićnom distrofijom3. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s mijastenijom gravis4. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s multiplom sklerozom5. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s dječijom paralizom6. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s epilepsijom7. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s ozljedom leđne moždine, paraplegijom, kvadriplegijom, paraparezom, kvadriparezom8. Uloga kralježnice u posturi, razvoj posture9. Uloga ramenog obruča u posturi10. Zdjelični pojas u posturi11. Uloga šake u posturi12. Uloga stopala u posturi13. Hod14. Evolucija čovjeka i motorika I15. Procjena posture					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	seminarski rad	29%	2	praktični rad	14%	1
	usmeni ispit	57%	4	ukupno	7.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Kosinac, Z. (2002): Kineziterapija lokomotornog sustava. (Udžbenik). Split: Sveučilište u Splitu.2. Filipović, V., Klaić, I. (2001): Važnost propriocepcije za normalnu funkciju ramena. u: Zbornik radova OTŠD Hrvatskog zbora fizioterapeuta, Zagreb.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Trošt Bobić, T., Ciliga, D., Petrinović Zekan, L. (2009). Radiogoniometrija kao rekreacijska aktivnost za slijepo osobe. u: Andrijašević, M. (ur.) Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije „Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i sportske rekreacije“, Zagreb, 2009. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 345-351.2. Petrinović Zekan, L., Ciliga, D. (2008). Sportske aktivnosti za osobe s oštećenjem vida. u: Andrijašević, . (ur.), Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije „Kineziološka rekreacija i kvaliteta života“, Zagreb, 2005. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 351-362.					



	<ol style="list-style-type: none">3. Trošt, T., Ciliga, D., Petrinović Zekan, L. (2007). Dobrobit redovitog bavljenja sportsko-rekreativnim aktivnostima u odrasla čovjeka. u: Findak, V. (ur.) Zbornik radova 16. ljetne škole kineziologija Republike Hrvatske „Antropološke, metodičke, metodološke i stručne pretpostavke rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“, Poreč, 2007. Zagreb: Hrvatski Kineziološki savez, 540-546.4. Ciliga, D., Petrinović Zekan, L., Trošt, T. (2007). Boćanje kao rekreativna aktivnost za osobe s cerebralnom paralizom. u: Andrijašević, M. (ur.) Zbornik radova konferencije „Sport za sve u funkciji unapređenja kvalitete života“, Zagreb, 2007. Zagreb: Kineziološki fakultet, 105-112.5. Ciliga, D., Andrijašević, M., Petrinović Zekan, L. (2006). Novi pristup u primjeni kineziterapijskog programa za osobe s cerebralnom paralizom. <i>Odgojne znanosti</i>, 8(2), 497-513.6. Kendall, F.P I sur. (2005). <i>Muscles: Testing and Function, with Posture and Pain</i>. Fifth, North American Edition. Lippincott Williams & Wilkins.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



KPS – kineziološka analiza u kondicijskoj pripremi sportaša (123746)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Daniel Bok	
kancelarija		31	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		daniel.bok@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658640	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položeni obvezni predmeti Osnovnih kinezioloških transformacija 1 i 2 s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4)	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u - (V) dvorana		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	28
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je omogućiti studentima stjecanje znanja o kineziološkoj analizi u kondicijskoj pripremi sportaša. Poseban je naglasak stavljen na analizu konkretne sportske aktivnosti u funkciji kondicijske pripreme sportaša te na analizu sadržaja kondicijske pripreme sportaša.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti osposobljeni da: - analiziraju konkretnu sportsku aktivnost u funkciji metodičkog i programskog oblikovanja kondicijske pripreme, - analiziraju sadržaje kondicijske pripreme u funkciji njihove primjene u različitim programima kondicijske pripreme.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti biomehaničke, fiziološke, informacijske, strukturne i anatomske aspekte analize konkretnih sportskih aktivnosti u funkciji kondicijske pripreme sportaša, - razumjeti biomehaničke, fiziološke, informacijske, strukturne i anatomske aspekte analize konkretnih sadržaja kondicijske pripreme u funkciji metodičkog i programskog oblikovanja kondicijske pripreme sportaša, - razumjeti tehnologije i metodologiju za analizu sportskih aktivnosti i analizu sadržaja kondicijske pripreme sportaša, - izraditi analizu konkretne sportske aktivnosti i različitih sadržaja kondicijske pripreme u funkciji izrade plana i programa kondicijske pripreme.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe (svaka tema se obrađuje 2P+2V) 1 Struktura kondicijske pripreme sportaša 2 Vrste kondicijske pripreme i kondicijskih programa 3 Biomehanički pristup analizi trenažnih sadržaja kondicijske pripreme 4 Strukturalni pristup analizi trenažnih sadržaja kondicijske pripreme 5 Anatomski pristup analizi trenažnih sadržaja kondicijske pripreme 6 Fiziološki pristup analizi trenažnih sadržaja kondicijske pripreme 7 Informacijski pristup analizi trenažnih sadržaja kondicijske pripreme 8 Zakonitosti prema kojima je moguće utvrditi i vrednovati obilježja tipičnih kretnih struktura koje čine sadržaj kondicijske pripreme 9 Biomehanička analiza sportske aktivnosti u funkciji oblikovanja kondicijske pripreme sportaša		



	10 Strukturna analiza sportske aktivnosti u funkciji oblikovanja kondicijske pripreme sportaša					
	11 Informacijska analiza sportske aktivnosti u funkciji oblikovanja kondicijske pripreme sportaša					
	12 Fiziološka analiza sportske aktivnosti u funkciji oblikovanja kondicijske pripreme sportaša					
	13 Anatomska analiza sportske aktivnosti u funkciji oblikovanja kondicijske pripreme sportaša					
	14 Integralna primjena rezultata kineziološke analize u planiranju i programiranju kondicijske pripreme sportaša (motoričke sposobnosti)					
	15 Integralna primjena rezultata kineziološke analize u planiranju i programiranju kondicijske pripreme sportaša (funkcionalne sposobnosti)					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	14%	1	seminarski rad	43%	3
	praktični rad	29%	2	usmeni ispit	14%	1
	ukupno					7.0 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> Bird, S.P., Tarpenning, K.M. & Marino, F.E. (2005). Designing resistance training programmes to enhance muscular fitness: A review of the acute programme variables. <i>Sports Medicine</i>, 35(10), 841-851. Bok, D. (2019). Analiza sadržaja i trenažnih programa u kondicijskoj pripremi sportaša: Zašto je akutna reakcija važna? U L. Milanović, V. Wertheimer, I. Jukić (ur.), Zbornik radova 17. godišnje međunarodne konferencije "Kondicijska priprema sportaša" (str. 53-62). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. Buchheit, M. & Laursen, P.B. (2013). High-intensity interval training, solutions to the programming puzzle. Part 1: Cardiopulmonary emphasis. <i>Sports Medicine</i>, 43(5), 313-338. Buchheit, M. & Laursen, P.B. (2013). High-intensity interval training, solutions to the programming puzzle. Part 2: Anaerobic energy, neuromuscular load and practical applications. <i>Sports Medicine</i>, 43(10), 927-954. Crewther, B., Cronin, J. & Keogh, J. (2006). Possible stimuli for strength and power adaptation: Acute metabolic responses. <i>Sports Medicine</i>, 36(1), 65-78. Haff, G.G. & Triplett, N.T. (2016). <i>Essentials of strength training and conditioning (4th edition)</i>. Champaign, IL: Human Kinetics. Kang, J. (2008). <i>Bioenergetics primer for exercise science</i>. Champaign, IL: Human Kinetics. Laursen, P. & Buchheit, M. (2019). <i>Science and application of high-intensity interval training: Solutions to the programming puzzle</i>. Champaign, IL: Human Kinetics. 					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none"> Crewther, B., Cronin, J. & Keogh, J. (2005). Possible stimuli for strength and power adaptation: Acute mechanical responses. <i>Sports Medicine</i>, 35(11), 967-989. Fleck, S.J. & Kreamer, W.J. (2014). <i>Designing resistance training programs</i>. Champaign, IL: Human Kinetics. Girard, O., Mendez-Villanueva, A. & Bishop, D. (2011). Repeated-sprint ability – Part I: Factors contributing to fatigue. <i>Sports Medicine</i>, 41(8), 673-694. Glaister, M. (2005). Multiple sprint work: Physiological responses, mechanisms of fatigue and the influence of aerobic fitness. <i>Sports Medicine</i>, 35(9), 757-777. Jukić, I. & Marković, G. (2003). <i>Kondicijske vježbe s utezima</i>. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. McGuigan, M. (2017). <i>Monitoring training and performance in athletes</i>. Champaign, IL: Human Kinetics. Spencer, M., Bishop, D., Dawson, B. & Goodman, C. (2005). Physiological and metabolic responses of repeated-sprint activities: Specific to field-based team sports. <i>Sports Medicine</i>, 35(12), 1025-1044. 					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KOŠARKA – kineziološka analiza u košarci (123725)

nositelj predmeta	prof. dr. sc. Damir Knjaz		
kancelarija	154		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	damir.knjaz@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658754		
nastavnik	prof. dr. sc. Bojan Matković		
kancelarija	153		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	bojan.matkovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658753		
nastavnik	doc. dr. sc. Tomislav Rupčić		
kancelarija	156		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	tomislav.rupcic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658756		
nastavnik	prof. dr. sc. Branka Matković		
kancelarija	184		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	branka.matkovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658604		
nastavnik	prof. dr. sc. Igor Jukić		
kancelarija	124		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	igor.jukic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658724		
nastavnik	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović		
kancelarija	40/2		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	luka.milanovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658602		
vanjski suradnik	Dražen Orešković, prof.		
e-mail	oreskovic.drazen@gmail.com		
vanjski suradnik	Ante Nazor, prof.		
e-mail	nazor.ante@gmail.com		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Košarka s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u - (V) dvorana B		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30V	broj studenata na predmetu	5



ciljevi predmeta	Primarni cilj nastave iz predmeta Kineziološka analiza u košarci, na izbornom modulu, je teorijsko i praktično usavršavanje i proširenje stečenog znanja iz područja analize tehnike i taktike košarkaške igre. Tijekom ovog predmeta studenti će ujedno biti upoznati sa strukturalnom analizom košarkaške igre, strukturom momčadi, potrebnim tehničkim i taktičkim sposobnosti i znanjima igrača na pojedinim igračkim mjestima u momčadi, utjecajem pravila igre na tehniku i taktiku te vođenjem momčadi na utakmici.
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će na predmetu Kineziološka analiza košarkaške igre steći znanja koja će im omogućiti uspješnu demonstraciju, prepoznavanje, razlikovanje i analizu elemenata košarkaške tehnike i taktike te njihovu primjenu u praksi. Isto tako, osposobit će ih se za samostalno vođenje košarkaške momčadi na različitim školskim, ali i natjecateljskim klupskih kategorija.
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - prepoznati i analizirati elemente tehnike košarkaške igre, - prepoznati i analizirati elemente taktike košarkaške igre, - formirati košarkašku momčad prema tehničko-taktičkim kriterijima pojedine igračke pozicije, - provoditi trenažni proces te voditi košarkašku momčad bilo koje natjecateljske razine.
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja, teorijsko praktična predavanja i vježbe 1. Pristup kineziološkoj analizi košarke, pregled razvoja tehnike i taktike s tendencijama razvoja igre (2P) 2. Struktura ekipe, tehničke i taktičke sposobnosti i znanja igrača na pojedinim igračkim mjestima u ekipi, vođenje ekipe na utakmici (2P) 3. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje osnovnog i napadačkog stava s loptom i tehnike pivotiranja (1TPP+1V) 4. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje vođenja lopte u mjestu i pravocrtnom kretanju (1TPP+1V) 5. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje ubacivanja lopte iz neposredne blizine te polazak u vođenje (1TPP+2V) 6. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje dodavanja i hvatanja lopte u mjestu i u pravocrtnom kretanju (1TPP+2V) 7. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje obrambenih stavova i kretanja u stavu (1TPP+1V) 8. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje promjena pravca i tempa kretanja s loptom i bez nje (1TPP+1V) 9. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje zaustavljanja nakon hvatanja dodane lopte te nakon vođenja (1TPP+1V) 10. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje skok šuta i šuta jednom rukom s grudiju iz mjesta (1TPP+2V) 11. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje tehnike zagrađivanja i skoka u napadu i obrani (1TPP+1V) 12. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje protunapada i obrane od protunapada (2TPP+2V) 13. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje individualne taktike igrača u obrani i napadu (1TPP+1V) 14. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje grupne taktike igrača u obrani i napadu (blokade i obrane od blokada) (2TPP+2V) 15. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje timske taktike igrača u obrani: - čovjek-čovjek i presing čovjek-čovjek (2TPP+2V) - zonska obrana i zonski presing (2TPP+2V) - kombinirana obrana (2TPP+1V) 16. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje timske taktike igrača u napadu: - napad na obranu čovjek-čovjek i presing (2TPP+2V) - napad na zonsku obranu i zonski presing (2TPP+2V) - napad na kombiniranu obranu (2TPP+2V) 17. Vođenje ekipe na utakmici (2V)
obveze studenata	



praćenje rada studenata	pohađanje nastave	14%	1	praktični rad	29%	2
	seminarski rad	14%	1	usmeni ispit	29%	2
	kolokvij	14%	1	ukupno	7.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Tocigl, I. (1998). Košarkaški udžbenik. Split: Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i odgojnih područja Sveučilišta u Splitu, Zavod za fizičku kulturu. 2. Matković, B., Knjaz, D., Čosić B. (2003). Smjernice fizičke pripreme u košarci. u: Milanović, D., Jukić, I. (ur.) Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa „Kondicijska priprema sportaša“ 12. zagrebački sajam sporta i nautike, Zagreb, 21. i 22. veljače 2003. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez, 390-394.					
dopunska literatura	1. Wissel, H. (1994). Basketball: Steps to Success. Champaign: Human Kinetics. 2. Dežman, B. (1997). Košarka v osnovnoj šoli. Ljubljana: VŠTK. 3. Matković, B. (2006). Skok za odbijenom loptom od koša – dio taktike igre u obrani i napadu. Time out, VII(13): 2-3. 4. Knjaz, D., Matković, B., Matković, B. R. (2002). Individualni rad u mini košarci. u: Milanović, D, Heimer, S., Jukić, I., Kulier, I., Matković, B. (ur.), Zbornik radova Znanstveno-stručnog skupa „Dopunski sadržaji sportske pripreme“, u sklopu 11. zagrebačkog sajma sporta i nautike, Zagreb, 22. i 23. veljače 2002. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez, 54-56. 5. Krause, J., Meyer, D., Meyer, J. (1999.). Basketball skills and drills. USA: Human Kinetics.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



NOGOMET – kineziološka analiza u nogometu (123729)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Valentin Barišić	
kancelarija		157	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		valentin.barisic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658757	
poslijedoktorandica		dr. sc. Tihana Nemčić	
kancelarija		70	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tihana.nemcic@kif.unizg.hr	
telefon		+385136583670	
asistent		Ivan Mikulić, mag.cin.	
kancelarija		70	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ivan.mikulic@kif.unizg.hr	
telefon		+385136583670	
vanjski suradnik		Mihael Mindek, mag.cin.	
e-mail		mihael.mindek@gmail.com	
vanjski suradnik		Marko Matušinski	
e-mail		m.matusinskij@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Nogomet s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u - (V) dvorana		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30V + terenska nastava	broj studenata na predmetu	12
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s poviješću, pravilima i organizacijom nogometnih natjecanja te strukturalnim i biomehaničkim (kinematičkim i dinamičkim) karakteristikama tehničko-taktičkih elemenata u nogometu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Student stječe visoku razinu znanja koja mu omogućuje provođenje najsloženijih poslova u području izabranog sporta (nogomet) na svim razinama. Stječe spoznaje o rezultatima znanstvenih istraživanja o strukturalnim i biomehaničkim karakteristikama sporta. Osposobljen je da usvojeno znanje i vještine primjenjuje svakodnevno u svim oblicima praktičnog djelovanja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: razumjeti poziciju nogometne igre u različitim klasifikacijama sportova, demonstrirati praktično i verbalno osnovna znanja o nogometnoj tehnici, osnovama taktike, identificirati utjecaje i doprinose pojedinih motoričkih znanja i sposobnosti situacijskoj učinkovitosti u nogometnoj igri ili odsječcima igre s jedne strane te ukupnom djelovanju na antropološki status s druge.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata) 1. Povijest, organizacija i pravila nogometa. Pojava i razvoj nogometa u Hrvatskoj i svijetu. 2. Ustroj nogometa u Hrvatskoj (HNS), Europi i svijetu (Fifa i Uefa) 3. Utjecaj pravila na razvoj tehničko-taktičkih obilježja nogometne igre		



	<ol style="list-style-type: none"> 4. Kineziološka analiza nogometa, analiza kretnih struktura nogometne igre 5. Strukturne i biomehaničke (kinematičke i dinamičke) karakteristike tehničko-taktičkih elemenata u nogometu: analiza kretanja bez lopte u fazi napada 6. Strukturne i biomehaničke (kinematičke i dinamičke) karakteristike tehničko-taktičkih elemenata u nogometu: analiza kretanja s loptom u fazi napada 7. Strukturne i biomehaničke (kinematičke i dinamičke) karakteristike tehničko-taktičkih elemenata u nogometu: analiza kretanja bez lopte u fazi obrane i fazi napada 8. Tehnika vratara 9. Kineziološka analiza taktike nogometne igre 10. Kineziološka analiza različitih sustava taktike napada 11. Koncept kineziološke analize različitih sustava taktike u fazi obrane 12. Vrste mjernih instrumenata za analizu nogometne igre (video i vizualna analiza, raznovrsne tehnike) 13. Ocjena efikasnosti tehničkih elemenata nogometne igre, njihova frekvencija i valorizacija u odnosu na konačan natjecateljski rezultat 14. Metode i postupci za analizu taktičkog djelovanja (statistička analiza) 15. Primjena strukturalnih i biomehaničkih rezultata istraživanja nogometne igre <p>Vježbe (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Analiza i rješavanje ispitnih pitanja kod polaganja za nogometne suce 2. Terenska nastava – inspekcija klupskog ustroja i ustroja Saveza s popratnom diskusijom 3. Ekipne, elementarne i štafetne igre s modificiranim pravilima 4. Uvodne (osnovne) vježbe tehnike igrača s loptom i bez lopte 5. Napredne i specifične vježbe tehnike bez lopte u fazi napada 6. Napredne i specifične vježbe tehnike s loptom u fazi napada 7. Napredne i specifične vježbe tehnike u obrani 8. Vježbe za unapređenje tehnike vratara 9. Uvodne vježbe individualne, grupne i kolektivne taktike 10. Vježbe individualne, grupne i kolektivne taktike u napadu 11. Vježbe individualne, grupne i kolektivne taktike u obrani 12. Terenska nastava (prikupljanje, unos, obrada, analiza i interpretacija parametara tehničkog djelovanja) 13. Terenska nastava (prikupljanje, unos, obrada, analiza i interpretacija parametara taktičkog djelovanja) 14. Prikupljanje podataka po principu. 1) papir, olovka 2) program za notacijsku analizu 15. Primjena strukturalnih i biomehaničkih rezultata istraživanja nogometne igre 					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	2%	0.2	pismeni ispit	3%	0.3
	seminarski rad	45%	3	usmeni ispit	50%	3.5
	ukupno	7.0 ECTS				
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Barišić, V. (2007). Kineziološka analiza taktičkih sredstava u nogometnoj igri. Kineziološki fakultet, Zagreb: Doktorska disertacija. 2. Jozak, R. i Kepčija, I. (2017). Razvojni program. Zagreb: Vivid & Shine j.d.o.o. 3. Dujmović, P. (2006). Škola suvremenog nogometa. Zagreb: Zagrebački nogometni savez. 4. Bašić, D., Barišić, V., Jozak, R. i Dizdar, D. (2015). Notacijska analiza nogometnih utakmica. Zagreb: Leonardo media. 					



dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Dujmović, P. (1997). Fizička priprema nogometaša. Zagreb: Zagrebački nogometni savez - zbor trenera2. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet - integralni kondicijski trening. Zagreb: Grafički zavod Hrvatske.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



PLES – kineziološka analiza u plesu (162554)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	
kancelarija		169	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658769	
vanjska suradnica		Ana Lojen, mag. cin.	
e-mail		ana_lojen@yahoo.com	
vanjska suradnica		Tamara Despot, pred.	
e-mail		tamdespot@gmail.com	
vanjski suradnik		Alen Plevnik, mag. cin.	
e-mail		alen.plevnik@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		Nikola Oto, mag. cin.	
e-mail		nikola.oto@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Ples s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u - (V) dvorana H		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja o strukturama kretanja i analizi elemenata tehnike folklornog, društvenog, suvremenog plesa i klasičnog baleta, naučiti opisati i prepoznati kriterije za evaluaciju usvojenosti elemenata tehnike te ih primijeniti u području edukacije, rekreacije, sporta i kineziterapije		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja vezana uz analize strukture gibanja u različitim plesnim izrazima. Steći će znanja o hijerarhijskoj strukturi plesa u Svijetu, Europi i Hrvatskoj. Naučiti će primjenjivati pravila u različitim sustavima natjecanja i prezentacijama u različitim dobnim kategorijama. Stečena znanja omogućiti će studentima primjenu rezultata znanstvenih istraživanja o strukturi i biomehaničkim karakteristikama plesa i njihovu primjenu u praksi.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - razumjeti ulogu i značaj plesa u području edukacije, rekreacije, sporta i kineziterapije - primijeniti stečena znanja u provedbi različitih natjecateljskih sustava i različitih dobnih kategorija - analizirati i prepoznati kriterije efikasnosti izvođenja elemenata tehnike folklornog i društvenog plesa		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Povijest i organizacija plesa (2T) 2. Povijest, pravila i organizacija plesnih izraza u svijetu i Hrvatskoj (4T) 3. Kineziološka analiza (strukturalna i biomehanička): folklornog plesa (8T); društvenog plesa (8 T); suvremenog plesa (4 T); klasičnog baleta (2 T). 4. Analiza glazbe i osnove koreografije- koreografija u plesu(2T) Vježbe		



	1. Kineziološka analiza (strukturalna i biomehanička) plesa i usavršavanje tehnike pojedinih plesova: folklornog plesa (10V); društvenog plesa (10V); suvremenog plesa (4V); klasičnog baleta (2V). 2. Analiza glazbe i osnove koreografije- koreografija u folklornom i sportskom plesu (4V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	11%	1	praktični rad	44%	3
	pismeni ispit	11%	2	usmeni ispit	34%	3
	ukupno					7.0 ECTS
obvezna literatura	1. Ivančan, I. (1971). Folklor i scena. Prosvjetni sabor Hrvatske, Zagreb 2. Ivančan, I. (1996). Narodni plesni običaji u Hrvata. Hrvatska matica iseljenika, Institut za etnologiju i folkloristiku, Zagreb 3. Bijelić, S. (2006). Plesovi. Banja Luka: Atlantik BB. 4. Wainwright, L. (2007). Zaplešimo. Zagreb: Kigen.					
dopunska literatura	1. Ivančan, I. (1964). Narodni plesovi Hrvatske I, Savez muzičkih društava Hrvatske, Zagreb 2. Ivančan, I. (1963). Narodni plesovi Hrvatske II, Savez muzičkih društava Hrvatske, Zagreb 3. Hrvatski sportski plesni savez. Dostupno na https://hsps.hr/savez/ (25.5.2018.) 4. Maletić, A. (2002). Povijest plesa starih civilizacija I. Zagreb: Matica Hrvatska. 5. Maletić, A. (2003). Povijest plesa starih civilizacija II. Zagreb: Matica Hrvatska. 6. World Dance Sport Federation (2017). WDSF competition rules. Dostupno na https://www.worlddancesport.org/Rule/Official/Competition 7. Zagorc, M. i Šifrar-Jarc, T. (2003). Model športnikove pripreme v plesu. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport. 8. Quin, e., Rafferty, S., Tomlison, C. (2015). Safe dance practice. USA: Human kinetics. 9. Green Haas, J. (2010). Ples: anatomija. Beograd: Data status. 10. Adzo- Banini I. S, Despot T. Kondicijski trening u sportskom plesu. U: Milanović D, Jukić I. (ur.) <i>Kondicijska priprema sportaša: Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, 21-23 Veljače 2003, Zagreb. Hrvatska. Zagreb; Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez; 2003. str. 466-472.</i> 11. Despot T, Oreb G, Vlašić J. Kondicijska priprema – kako planirati i programirati u sportskom plesu? U: Jukić I, Milanović L, Wertheimer V. (ur.) <i>Kondicijska priprema sportaša: Zbornik radova 15. godišnje međunarodne konferencije, 24-25 Veljače 2017, Zagreb. Hrvatska. Zagreb; Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 2017. str. 179-183.</i> 12. Despot T. Specifična i situacijska kondicijska priprema u sportskom plesu. U: Milanović D, Jukić I, Šimek S. (ur.) <i>Kondicijska priprema sportaša: Prevencija ozljeda u sportu: Zbornik radova 4. godišnje međunarodne konferencije, 24-25 Veljače 2006, Zagreb. Hrvatska. Zagreb; Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske; 2006. str. 185-189.</i> 13. Vlašić, J., Čačković, L., Oreb, G- (2016). <i>Plesno stvaralaštvo u predškolskoj dobi. U V. Findak (Ur.) Zbornik radova 25. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Poreč, 2016, „Kineziologija i područja edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije u razvitku hrvatskog društva“ (str. 755-760). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez.</i> 14. Vlašić, J., Oreb, G. & Horvatin-Fučkar, M. (2017). Motor abilities necessary to be successful at dancing. <i>Baltic Journal of Health and Physical Activity, 9(1), 7-16.</i>					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



PLIVANJE – kineziološka analiza u plivanju (123733)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Klara Šiljeg	
kancelarija		168	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		klara.siljeg@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658768	
nastavnik		prof. dr. sc. Goran Leko	
kancelarija		177	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		goran.leko@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658768	
nastavnica		doc. dr. sc. Dajana Karaula	
kancelarija		39	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		dajana.karaula@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658639	
vanjski suradnik		Bartol Vukelić, mag.cin.	
e-mail		bartol.vukelic@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Metodika poučavanja plivanja i Sportskog plivanja s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u - (V) dvorana H		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	6
ciljevi predmeta	Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja o svim segmentima plivačkih disciplina kao što su start, okret plivanje, prolazna vremena, frekvencija zaveslaja sa svim prostorno vremenskim parametrima.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teoretska i praktična znanja o osnovnim parametrima karakteristika vode, propulzivnim i retropulzivnim segmentima u kretanju tijela kroz vodu kako bi to znanje mogli primijeniti u svim segmentima plana i programa TZK , obuci neplivača ili treningu s vrhunskim plivačima.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Ishodi učenja na razini predmeta: - Svojstva vode - Karakteristike tijela pri kretanju kroz vodu - Propulzivni i retropulzivni segmenti u plivanju - Prostorno vremenska analiza plivanja svim tehnikama - Prostorno vremenska analiza starta u svim tehnikama - Prostorno vremenska analiza okreta u svim tehnikama - Analiza utrke u svim disciplinama		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja i vježbe (svaka tema se obrađuje 2P+2V) 1. Karakteristike vode 2. Kretanje tijela kroz vodu		



prema satnici nastave	3. Sile koje djeluju na tijelo u vodi u kretanju 4. Otpori koji djeluju na tijelo u vodi ukretanju 5. Prostorno-vremenska analiza kraultehnike 6. Prostorno-vremenska analiza leđnetehnike 7. Prostorno-vremenska analiza prsnetehnike 8. Prostorno-vremenska analiza dupintehnike 9. Prostorno-vremenska analiza starta kod kraul i leđne tehnike plivanja 10. Prostorno-vremenska analiza starta kod prsne i dupin tehnike plivanja 11. Prostorno-vremenska analiza okreta kod kraul i leđne tehnike plivanja 12. Prostorno-vremenska analiza okreta kod prsne i dupin tehnike plivanja 13. Prostorno- vremenska analiza mješovitog plivanja 14. Analiza frekvencije zaveslaja 15. Analiza dužine zaveslaja					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	14%	1	kolokvij	44%	2
	seminarski rad	14%	1	pismeni ispit	43%	3
	ukupno				7.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Volčanšek, B. (2002). Bit plivanja. Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. Zagreb. 2. Leko, G. (2008). Slobodni način plivanja: Sveučilišni priručnik. Zagreb: Promo FIT. 3. Maglischo, E.W. (2003) Swimming Fastest. California: Human Kinetics.					
dopunska literatura	1. Volčanšek, B. (1996). Sportsko plivanje. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu. 2. www.swim.ee 3. Šiljeg, K. (2018). Plivanje. Hrvatski plivački savez.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



SKIJANJE – kineziološka analiza u skijanju (123739)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski	
kancelarija		102	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		vjekoslav.cigrovski@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658702	
nastavnik		prof. dr. sc. Bojan Matković	
kancelarija		153	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		bojan.matkovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658753	
vanjski suradnik		dr. sc. Ivica Franjko	
e-mail		ski@skifrankie.hr	
vanjski suradnik		Krunoslav Kević, prof.	
e-mail		kruno.kevic@hotmail.com	
vanjski suradnik		Slaviša Weiner, viši sportski trener	
e-mail		apb_znidarec-weiner@inet.hr	
vanjski suradnik		Vedran Vrus, viši sportski trener	
e-mail		vedran.vrus@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Skijanje s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u - (V) terenska nastava		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30V + seminari i radionice + multimedija i mreža + terenska nastava	broj studenata na predmetu	14
ciljevi predmeta	Primarni cilj nastave predmeta Kineziološka analiza skijanja je teorijsko, teorijsko-praktično i praktično upoznavanje studenta s informacijama vezanim za elemente skijaških tehnika. Sekundarni cilj je osposobiti studente za samostalno prepoznavanje i razlikovanje elemenata pojedinih skijaških tehnika. Također, svrha ovog predmeta je naučiti studente opisati i prepoznati kriterije za evaluaciju usvojenosti tehnike alpskoga skijanja.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Kao kineziolozi i skijaški treneri, studenti će na predmetu Kineziološka analiza u skijanju steći znanja koja će im omogućiti uspješnu prezentaciju, prepoznavanje, razlikovanje i analizu elemenata pojedinih skijaških tehnika. Isto tako studenti će se ovim predmetom osposobiti za formiranje i opis kriterija evaluacije usvojenosti tehnike alpskoga skijanja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - analizirati elemente skijaških tehnika, - naučiti učenike i/ili studente elementa tehnike alpskoga skijanja, - prepoznati i razlikovati elemente skijaških tehnika, - analizirati i prepoznati kriterije za evaluaciju usvojenosti tehnike alpskoga skijanja.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata) 1. Alpsko skijanje i povijesni razvoj skijaških tehnika 2. Bazična skijaška gibanja		



prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none">3. Kineziološka analiza zavoja4. Plužna skijaška tehnika5. Paralelna skijaška tehnika6. Prijestupna skijaška tehnika7. Carving skijaška tehnike8. Natjecateljsko skijanje9. Slalom10. Veleslalom11. Superveleslalom12. Spust13. Alpska i nordijska kombinacija14. Klasična tehnika skijaškog trčanja15. Slobodna tehnika skijaškog trčanja <p>Vježbe</p> <ol style="list-style-type: none">1. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje plužne skijaške tehnike (1V)2. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje pluženja ravno (2V)3. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje plužnog zavoja (2V)4. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje plužnog luka (2V)5. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje paralelne skijaške tehnike (1V)6. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje spusta ravno (2V)7. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje spusta koso (2V)8. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje zavoja k brijegu (2V)9. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje osnovnog zavoja (2V)10. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje paralelnog zavoja od brijega (2V)11. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje osnovnog vijuganja (2V)12. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje brzog vijuganja (2V)13. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje terenskog skoka (2V)14. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje slalom zavoja (2V)15. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje veleslalom zavoja (2V)16. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje elemenata carving skijaške tehnike (1V)17. Kineziološka analiza i motoričko usavršavanje elemenata prijestupne skijaške tehnike (1V)					
obveze studenata	Pohađanje svih vrsta nastave.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	28.5%	2	kolokvij	28.5%	2
	seminarski rad	14.3%	1	usmeni ispit	14.3%	1
	pismeni ispit	14.3%	1	ukupno	7.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Cigrovski, V., Matković, B. i suradnici (2019). Sportovi na snijegu. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.2. Matković, B., Ferenčak, S., Žvan, M. (2004). Skijajmo zajedno. Zagreb: Europapress holding i FERBOS inženjering.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Rađenović, O. i sur. (2008). Alpsko skijanje. Zagreb: Hrvatski zbor učitelja i trenera skijanja.2. Lešnik, B., Žvan, M. (2007). Naše smučine, teorija in metodika alpskega smučanja. Ljubljana: SZS-ZUTS.3. Jurković, N., Jurković, D. (2003). Skijanje, tehnika, metodika i osnove treninga. Zagreb: Graphis.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



SPORTSKI MENADŽMENT – osnove organizacije i menadžmenta (123759)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Ivana Nečinović Braje	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ivana.nacinovic@efzg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VII. - zimski	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis - intervju s predmetnom nastavnicom	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u - (V) terenska nastava		
način izvođenja nastave	60 sati = 45P + 15S + seminari i radionice + multimedija i mreža + terenska nastava	broj studenata na predmetu	13
ciljevi predmeta	Stjecanje znanja iz opće organizacije i menadžmenta kao osnove za primjenu znanja u području menadžmenta sporta		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti znanje i razumjeti koncepte, principe i teoriju iz područja menadžmenta. Identificirati i analizirati mogućnosti i izazove poslovanja suvremenih organizacija u skladu s promjenama.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti pojam i značenje organizacije i menadžmenta, - razumjeti i objasniti način stvaranja i oblikovanja organizacijske strukture, - analizirati organizacijsku strukturu , - razumjeti ulogu menadžera, njihovih aktivnosti i karakteristika za život jedne organizacije, - shvatiti ulogu promjena u životu organizacije te znati identificirati promjene značajne za organizaciju, - prepoznati i nositi se s konfliktima unutar organizacije.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata, osim teme pod red.br. 1. koja se obrađuje 1 nastavni sat) 1. Definiranje i razvoj organizacije i menadžmenta. Pojam, definiranje i značenje organizacije i menadžmenta. 2. Odnos između organizacije i menadžmenta 3. Teorije organizacije i menadžmenta 4. Pojam organizacijske strukture. Oblikovanje organizacijske strukture. 5. Unutarnji čimbenici oblikovanja organizacijske strukture: ciljevi i strategija, zadaci i tehnologija, proizvod, veličina. Lokacija, životni ciklus poduzeća. 6. Vanjski čimbenici oblikovanja organizacije: tržište, integracijski procesi, razvoj znanosti i tehnologije, institucionalni uvjeti. Stabilna i nestabilna okolina. 7. Organizacijska struktura. Formalna i neformalna organizacija. Klasične organizacijske strukture: funkcionalna i divizionalna. 8. Moderne organizacijske strukture. Projektna, matrična, fraktalna, timska, procesna, virtualna, mrežna, učeća organizacija, samodizajnirajuća organizacija. 9. Centri odgovornosti: troškovni, prihodni, profitni, investicijski 10. Funkcije menadžmenta: planiranje 11. Funkcije menadžmenta: organiziranje 12. Funkcije menadžmenta: vođenje		



	<p>13. Funkcije menadžmenta: kontrola</p> <p>14. Funkcije menadžmenta: upravljanje ljudskim potencijalima.</p> <p>15. Menadžeri. Pojam menadžera. Karakteristike i osobine menadžera. Znanja i vještine menadžera.</p> <p>16. Razine menadžmenta. Autoritet i odgovornost.</p> <p>17. Sustavi rukovođenja. Linijski, funkcijski i štabno-linijski. Stilovi rukovođenja: autokratski i demokratski.</p> <p>18. Odlučivanje i vrste odluka</p> <p>19. Organizacijske promjene. Pojam i neminovnost organizacijskih promjena. Čimbenici koji utječu na pokretanje organizacijskih promjena. Vrste organizacijskih promjena. Proces promjene. Otpor prema promjenama i stres.</p> <p>20. Organizacijska kultura. Pojam i važnost organizacijske kulture. Vidljiva i nevidljiva organizacijska kultura. Simboli organizacijske kulture. Vrste organizacijske kulture.</p> <p>21. Organizacijski konflikti. Pojam konflikta. Uzroci konflikata. Vrste konflikata.</p> <p>22. Faze konfliktnog procesa. Upravljanje konfliktima.</p> <p>23. Izazovi menadžmenta u 21. stoljeću</p> <p>Seminari (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata, osim teme pod red.br. 1. koja se obrađuje 1 nastavni sat)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Uvod u seminarsku nastavu2. Primjeri organizacijskih struktura3. Funkcije menadžmenta: planiranje i organiziranje4. Funkcije menadžmenta: vođenje i kontrola5. Menadžeri i njihove karakteristike6. Primjeri organizacijskih promjena7. Primjeri organizacijskih kultura8. Primjeri organizacijskih konflikata					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi. Izrada seminarskih radova i ostalih zadataka.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	14%	1	kolokvij	57%	4
	seminarski rad	29%	2	ukupno	7.0 ECTS	
obvezna literatura	Galetić, L. (ur.) (2011). Organizacija velikih poduzeća. Zagreb: Sinergija					
dopunska literatura	1. Galetić, L. (2004). Uloga i značaj menadžmenta. The role and the significance of management. u: Bartoluci, M. (ur.) Menadžment u sportu i turizmu. Management in sport and tourism. Zagreb: Kineziološki fakultet, Ekonomski fakultet, 88-113. 2. Buble, M. (ur.) (2005). Strateški menadžment. Zagreb: Sinergija nakladništvo.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



VIII. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
123718	Kineziološka metodika u osnovnom školstvu	prof. dr. sc. Igor Jukić	30	15	30	8.0
31084	Sportska medicina i higijena	prof. dr. sc. Saša Janković	60	15		5.5
Strani jezik						
162572	Engleski jezik u kineziologiji	doc. dr. sc. Darija Omrčen	30	30		3.5
162573	Njemački jezik u kineziologiji	doc. dr. sc. Darija Omrčen	30	30		3.5
UKUPNO			120	60	30	17

IZBORNI PREDMETI U PONUDI VIII. SEMESTRA

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
124056	Elementarne igre	izv. prof. dr. sc. Maja Horvatin	6	12	12	2.0
162567	Komunikacijsko prezentacijske vještine u sportu	doc. dr. sc. Nikša Sviličić	15		15	2.0
162564	Motorička znanja djece	doc. dr. sc. Sanja Šalaj	16	14		2.0
123961	Nordijsko hodanje	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	6	12	12	2.0
123965	Planinarstvo i sportsko rekreacijski programi u prirodi	doc. dr. sc. Drena Trkulja-Petković	10	6	14	2.0
123970	Samoobrana	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	6	12	12	2.0
123771	Sinkronizirano plivanje	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	6	12	12	2.0
162569	Sportska karijera	izv. prof. dr. sc. Romana Caput-Jogunica	14	8	8	2.0
162570	Suvremeni pristup u liječenju boli	izv. prof. dr. sc. Iris Zavoreo	12	12	6	2.0
123973	Tenis	izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros Tudor	6	12	12	2.0
123780	Triatlon	izv. prof. dr. sc. Mario Kasović	6	12	12	2.0
studenti u ovom semestru upisuju 1 izborni predmet			2 ECTS			



PREDMETI IZBORNIH SMJEROVI VIII. SEMESTRA

Šifra predmeta	PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
123732	Antropološka analiza u hrvanju	izv. prof. dr. sc. Mario Baić	15	15		2.5
123734	Metodika treninga u hrvanju I	izv. prof. dr. sc. Mario Baić	15	15	30	4.5
123735	Antropološka analiza u jedrenju	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	15	15		2.5
123737	Metodika treninga u jedrenju I	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	15	15	30	4.5
162558	Antropološka analiza u kajakaštvu	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	15	15		2.5
162559	Metodika treninga u kajakaštvu I	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	15	15	30	4.5
123886	Metodika kineziološke rekreacije u slobodno vrijeme I	prof. dr. sc. Mirna Andrijašević	30	15	15	4.5
123890	Programiranje u kineziološkoj rekreaciji	prof. dr. sc. Mirna Andrijašević	30			2.5
123894	Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka II	doc. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić	15	15	30	4.0
123983	Odabrana poglavlja zdravstvene psihologije	prof. dr. sc. Renata Barić	15	15		3.0
123854	Antropološka analiza u kondicijskoj pripremi sportaša	doc. dr. sc. Vlatko Vučetić	15	15		2.5
123860	Metodika kondicijske pripreme I	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	15	15	30	4.5
123745	Antropološka analiza u košarci	prof. dr. sc. Damir Knjaz	15	15		2.5
123747	Metodika treninga u košarci I	prof. dr. sc. Damir Knjaz	15	15	30	4.5
123748	Antropološka analiza u nogometu	doc. dr. sc. Valentin Barišić	15	15		2.5
123750	Metodika treninga u nogometu I	doc. dr. sc. Valentin Barišić	15	15	30	4.5
162560	Antropološka analiza u plesu	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	15	15		2.5
162561	Metodika treninga u plesu I	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	15	15	30	4.5
123757	Antropološka analiza u plivanju	doc. dr. sc. Klara Šiljeg	15	15		2.5
123758	Metodika treninga u plivanju I	doc. dr. sc. Klara Šiljeg	15	15	30	4.5
123768	Antropološka analiza u skijanju	izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski	15	15		2.5
123769	Metodika treninga u skijanju I	izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski	15	15	30	4.5
123952	Menadžment u sportskim organizacijama	izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	30	15		4.0
124027	Menadžment u sportu i turizmu	izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	30	15		3.0
ukupno						7 ECTS



KINEZILOŠKA METODIKA U OSNOVNOM ŠKOLSTVU (123718)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Igor Jukić	
kancelarija		124	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		igor.jukic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658724	
poslijedoktorand		dr. sc. Hrvoje Podnar	
kancelarija		127	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		hrvoje.podnar@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658728	
vanjski suradnik		Davorin Babić, v. pred.	
e-mail		babicd@kbf.hr	
vanjska suradnica		Jasminka Čelik, prof.	
e-mail		jasminka.celik@kif.hr	
vanjski suradnik		Krešimir Hrga, prof.	
e-mail		kresimir.hrga@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologij	status predmeta	obvezni
semestar	VIII. – ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz Kineziološke metodike, Didaktike, Pedagogije, Psihologije, Anatomije, poznavanje Teorije treninga i svih predmeta kineziologije sporta.	bodovna vrijednost	8.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonice + osnovne škole – ovisno o epidemiloškim mjerama moguće je (P i S) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teamsu – (V) – 1/3 velike dvorane		
način izvođenja nastave	75 sati = 30P + 15S + 30V mješovito e-učenje + samostalni zadaci + mentorski rad	očekivani broj studenata na predmetu	150-170
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za provedbu svih oblika odgojno-obrazovnog rada u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi osnovnog školstva. Osposobiti studente za kvalitetnu izradu izvedbenog nastavnog plana i programa tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnom školstvu. Osposobiti studente za kvalitetnu provedbu sata tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnom školstvu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti stečena znanja u nastavi, izvannastavnim i izvanškolskim organizacijskim oblicima rada u osnovnom školstvu. Poznavanje propisanih nastavnih planova i programa tjelesne i zdravstvene kulture Ministarstva znanosti, obrazovanja i športa.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: 1. poznavati antropološka obilježja djece, 2. upoznati ustrojstvo osnovnog školstva, 3. poznavati svrhu i smjernice rada u tjelesnom i zdravstvenom odgojno-obrazovno području,		



	<ol style="list-style-type: none">4. izraditi izvedbeni nastavni plan i program rada tjelesne i zdravstvene kulture za osnovnu školu,5. upoznati pripremanje nastavnog procesa tjelesne i zdravstvene kulture pomoću informatičkih namjenskih programa,6. upoznati osobnu i školsku stručnu dokumentaciju,7. vrednovati odgojno-obrazovni rad u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi,8. poznavati elemente provjeravanja i ocjenjivanja u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi,9. kvalitetno provesti sat tjelesne i zdravstvene kulture u redovitoj nastavi osnovnog školstva,10. razumjeti učenike s posebnim odgojno-obrazovnim potrebama.
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>PREDAVANJA (nastavne teme navedene pod jednim rednim brojem izvode se 2 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. ANTROPOLOŠKA OBILJEŽJA DJECE Školsko dječje doba. Predpubertet. Pubertet.2. USTROJSTVO OSNOVNOG ŠKOLSTVA Osnovno školstvo3. ODGOJNO-OBRAZOVNI I NASTAVNI PROCES (RAD) Odgojno-obrazovni proces (rad). Nastavni proces (rad). Oblici odgojno-obrazovnog rada u školstvu. Opće odrednice odgojno-obrazovnog rada nastavnika.4. TJELESNO I ZDRAVSTVENO ODGOJNO-OBRAZOVNO PODRUČJE Svrha i smjernice odgojno-obrazovnog rada (smjernice odgojno-obrazovnog rada u tjelesnom i zdravstvenom području: obrazovna smjernica, kinantropološka i odgojna smjernica)5. TJELESNO I ZDRAVSTVENO ODGOJNO-OBRAZOVNO PODRUČJE Oblici odgojno-obrazovnog rada u tjelesnom i zdravstvenom području (nastavni rad, izvannastavne aktivnosti, izvanškolske aktivnosti)6. PROPISANI NASTAVNI PLANOVI I PROGRAMI U TJELESNOM I ZDRAVSTVENOM PODRUČJU Propisani plan i program tjelesne i zdravstvene kulture za osnovno školstvo7. PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE NASTAVNOG PROCESA Nastavni proces (rad) u tjelesnom i zdravstvenom području. Pojam i postulati planiranja i programiranja (vertikalna i horizontalna unutarpredmetna povezanost, međupredmetna povezanost). Pristupi izvedbenom planiranju i programiranju u osnovnom školstvu. Opći postupci izrade izvedbenog nastavnog plana i programa (pripremna i završna faza izrade).8. PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE REDOVITE NASTAVE I IZVANNASTAVNIH AKTIVNOSTI U TJELESNOJ I ZDRAVSTVENOJ KULTURI OSNOVNOG ŠKOLSTVA Model izvedbenog nastavnog plana i programa tjelesne i zdravstvene kulture u predmetnoj nastavi osnovne škole Model izvedbenog plana i programa izvannastavnih aktivnosti tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnom školstvu9. PRIPREMANJE NASTAVNOG PROCESA Državna razina. Školska razina. Predmetna razina. Tipovi nastavnih sati. Posebnosti rada na satima tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnom školstvu.10. INFORMATIZACIJA PRIPREMANJA NASTAVNOG PROCESA U TJELESNOM I ZDRAVSTVENOM PODRUČJU Baza podataka. Planiranje, programiranje i pripremanje nastave. Baza informacija. Školsko športsko društvo.11. VREDNOVANJE ODGOJNO-OBRAZOVNOG RADA Praćenje. Provjeravanje (metode i vrste provjeravanja).



	<p>12. VREDNOVANJE ODGOJNO-OBRAZOVNOG RADA Ocjenjivanje (načela ocjenjivanja)</p> <p>13. VREDNOVANJE ODGOJNO-OBRAZOVNOG RADA Elementi provjeravanja i ocjenjivanja (motorička znanja, motorička postignuća, kinantropološka postignuća, odgojni učinci). Zaključno ocjenjivanje. Smisao praćenja i provjeravanja kinantropoloških obilježja učenika. Odnos nastavnika prema praćenju, provjeravanju i ocjenjivanju.</p> <p>14. UČENICI S POSEBNIM ODGOJNO-OBRAZOVNIM POTREBAMA Daroviti učenici. Učenici s teškoćama.</p> <p>15. METODIČKA NAČELA (PRINCIPI) Načelo razumljivosti i zornosti. Načelo sustavnosti i postupnosti. Načelo svestranosti i usmjerenosti. Načelo raznovrsnosti i učinkovitosti. Načelo primjerenosti i individualiziranosti. Načelo svjesnosti i aktivnosti. Načelo odgojnosti i zdravlja.</p> <p>VJEŽBE (održavaju se u osnovnim školama (nazivi škola s adresama u prilogu))</p> <p>1. Provedba uzornih i javnih sati tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnom školstvu (svaki student provodi jedan probni sat i dva sata koja ocjenjuje voditelj vježbi s Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu).</p> <p>Vježbe se pohađaju u skupinama do deset (10) studenata sukladno članku 44. Državnog pedagoškog standarda (NN br. 63/2008).</p> <p>STRUČNO-METODIČKA PRAKSA U OSNOVNIM ŠKOLSTVU – provedba individualnih nastavnih sati Tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnom školstvu (svaki student provodi dva sata koja ocjenjuje mentor)</p> <p>SEMINARI (nastavne teme navedene pod jednim rednim brojem izvode se 2 nastavna sata):</p> <ol style="list-style-type: none">1. Nastavni proces u tjelesnom i zdravstvenom području2. Pojam i postulati planiranja i programiranja3. Vertikalna i horizontalna unutarpredmetna povezanost i međupredmetna povezanost4. Pristupi izvedbenom planiranju i programiranju u osnovnom školstvu5. Postupci izrade izvedbenog nastavnog plana i programa (pripremna faza izrade)6. Postupci izrade izvedbenog nastavnog plana i programa (završna faza izrade)7. Mjerenje kinantropoloških obilježja – CROFIT NORME					
obveze studenata	Redoviti pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12.5%	1	pismeni ispit	12.5%	1
	kolokvij	12.5%	1	seminarski rad	25%	2
	usmeni ispit	37.5	3	ukupno	8.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Kurikulum nastavnog predmeta Tjelesna i zdravstvena kultura za osnovne škole i gimnazije (2019). Dostupno na poveznici: https://skolazazivot.hr/wp-content/uploads/2020/06/TZK_kurikulum.pdf2. Prijedlog metodičkog priručnika za predmet Tjelesna i zdravstvena kultura za 5. razred OŠ (2019). Dostupno na poveznici: https://skolazazivot.hr/obrazovni-sadrzaji/metodicki-prirucnici/metodicki-prirucnici-za-osnovnu-skolu/3. Neljak, B. (2013.). Kineziološka metodika u osnovnom i srednjem školstvu. Priručnik, Gopal d.o.o., Zagreb., ISBN 978-953-6730-98-84. Neljak, B., Novak, D., Sporiš, G., Višković, S., Markuš, D. (2012.). <i>Metodologija vrjednovanja kinantropoloških obilježja učenika u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi CRO-FIT NORME</i>. Recenzirani interni nastavni materijal, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					



	<ol style="list-style-type: none">5. Neljak, B., Milić M., Božinović Mađor, S., Delaš Kalinski, S. (2009). Vježbajmo zajedno 1, 2, 3, 4. Priručnik s CD-om za učiteljice/učitelje tjelesne i zdravstvene kulture od 1. do 4. razreda osnovne škole. Profil.6. Markuš, D., Neljak, B., i Trstenjak, B. (2009). Računalni program „Kineziološka kultura – Osnovna škola“. DVD, verzija 1.0.09, Čakovec: Pulsar d.o.o.
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Vlada Republike Hrvatske (2014). Strategija obrazovanja, znanosti i tehnologije. Dostupno na poveznici: http://www.kvalifikacije.hr/sites/default/files/news/2018-01/Nacrt-prijedloga-strategije-obrazovanja-znanosti-i-tehnologije.pdf2. Metodološki priručnici za izradu kurikularnih dokumenata (2016). Dostupno na poveznici: http://www.kurikulum.hr/11-1-2016-metodoloski-prirucnici-za-izradu-kurikularnih-dokumenata/3. Kurikulumi međupredmetnih tema - PRIJEDLOG (2016). Dostupno na poveznici: http://www.kurikulum.hr/kurikulumi-medupredmetnih-tema/4. Markuš, D., Neljak, B., Trstenjak, B. (2007). Računalni program „Kineziološka kultura – osnovna škola, predmetna nastava“. Čakovec.5. Republika Hrvatska (2006). Nastavni plan i program za osnovnu školu. Zagreb: Ministarstvo znanosti obrazovanja i športa.6. Neljak B. (2002). Validacija planova i programa nastave tjelesne i zdravstvene kulture. Disertacija. Zagreb: Kineziološki fakultet.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.
mentori za realizaciju vježbi	<ol style="list-style-type: none">1. Anja Benjak, prof., OŠ Alojzija Stepinca, Palinovečka 422. Antun Smiljanić, prof., OŠ Otona Ivekovića, Pasančeva 33. Branimir Šprajc, prof., OŠ Matka Laginje, Laginjina 134. Čedo Majstorović, prof., OŠ Trnsko, Trnsko ul. 255. Đina Brlečić, prof., OŠ Luka Sesevete, Ul. Otona Ivekovića 166. Dragica Šmit, prof., OŠ Pavleka Miškine, Sveti Duh 247. Dražen Turčin, prof., OŠ Savski Gaj, Savski Gaj8. Goran Laslavić, prof., OŠ Augusta Cesarca, II. Ferencice 9A9. Goran Nagy, prof., OŠ Pavleka Miškine, Sveti Duh 2410. Hrvoje Đurak, prof., OŠ Ivana Meštrovića, Martina Pušteka 211. Ismeta Čerkez, prof., OŠ Bogumila Tonija, Ul. Ivana Perkovca 90, Samobor12. Ivan Ključec, prof., OŠ Dragutina Tadijanovića, Bolnička cesta 60A13. Ivana Olivari, prof., OŠ Gustava Krkleca, Božidara Magovca 10314. Krešimir Hrg, prof., OŠ Ivo Andrić, M. Kovačevića 1815. Magda Bujan, prof., OŠ Ivana Cankara, Cankareva 1016. Maja Flego Ostović, prof., OŠ Augusta Šenoje, Selska cesta 9517. Mario Bošković, prof., OŠ Kajzerica, Ul. Žarka Dolinara 918. Mario Cindrić, prof., OŠ Trnsko, Trnsko ul. 2519. Miroslava Pavletić, prof., OŠ Cvjetno naselje, Cvjetna cesta 1720. Natalija Radanović, prof., OŠ Braće Radić, Šenoine Branke 2221. Nataša Momčinović, prof., OŠ Josipa Strossmayera, Varšavska 1822. Tomislav Žitković, prof., OŠ Špansko Oranice, Dječji trg 123. Violeta Dimitrijević, prof., OŠ Borovje, Davora Zbiljskog 724. Željka Dvoržak Jekić, prof., OŠ Hugo Kon, Katarinin trg 225. Željko Burcar, prof., OŠ F.K.Frankopana, Ivanićgradska ul. 24



SPORTSKA MEDICINA I HIGIJENA (31084)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Saša Janković	
kancelarija		186	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		sasa.jankovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658610	
vanjski suradnik		dr. sc. Ivan Vrgoč	
e-mail		ivan.vrgoc@kif.unizg.hr	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezni
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	odslušana nastava iz Anatomije, Fiziologije sporta i Kineziološke antropologije.	bodovna vrijednost	8.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica – obzirom na epidemiološke mjere moguća nastava (P) i (V) on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	75 sati = 60P + 15V	očekivani broj studenata na predmetu	140 - 160
ciljevi predmeta	Osposobljenost za pružanje prve pomoći prema medicinskim postulatima. Stjecanje znanja u prevenciji sportskih ozljeda i kako tu prevenciju provoditi u praktičnom radu. Sudjelovanje u liječenju i provođenju procesa rehabilitacije ozljeđenih sportaša. Kontrola prehrane sportaša te sastavljanje jelovnika sportaša i rekreativaca.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Sportska medicina omogućuje studentima znanja o: - značaju i svrsi zdravstvene kontrole sportaša, - patologiji sportskih napora, - higijeni sporta.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- definiranje položaja te razvoj sportske medicine na lokalnoj, regionalnoj i globalnoj razini; - značaj sportske medicine u trenažnom procesu i natjecanju; - sposobnost zbrinjavanja lakših ozljeda na nastavi tjelesne i zdravstvene kulture; - poznavanje osnovnih postulata pružanja prve pomoći; - poznavanje svrhe i značaja preventivnih pregleda za osobe koje se bave sportom; - spoznaje o kontraindikacijama za sportsku aktivnost; - spoznaje o štetnosti dopinga; - poznavanje specifičnosti prehrane sportaša.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata) 1. Definicije i područja humane medicine 2. Povijest sportske medicine 3. Zadaće sportskog liječnika 4. Utjecaj tjelesnog vježbanja na zdravlje – bolesti civilizacije 5. Zdravstvena kontrola: svrha i značaj preventivnih pregleda 6. Izvođenje pregleda 7. Kontraindikacije za sportsku aktivnost 8. Sportsko srce 9. Osobitosti elektrokardiograma trenirane osobe 10. Određivanje sposobnosti		



	<ol style="list-style-type: none">11. Osobitosti pregleda pojedinih grupacija sporta: ronilačke aktivnosti, zračno jedrenje, boks12. Patologija sportskih napora: sportske ozljede i oštećenja13. Sistematika sportskih ozljeda14. Ozljede kože i potkožnoga tkiva15. Ozljede mišića16. Ozljede i tetiva17. Ozljede zglobova18. Ozljede kostiju i pokosnice19. Ozljede glave, ozljede prsnoga koša, ozljeda trbuha, ozljede urogenitalnih organa20. Ortostatski kolaps. Oštećenja toplinskim i ostalim zračenjima.21. Prva pomoć i reanimacija22. Pretreniranost23. Doping24. Specifične ozljede i oštećenja po sportovima25. Prevencija ozljeđivanja. Rehabilitacija.26. Specifičnosti prehrane sportaša27. Energetske potrebe. Osobitosti prehrane dugoprugaša.28. Higijena sportske odjeće i obuće29. Higijena sportskih objekata. Osobna higijena.30. Masaža: djelovanje masaže na organizam. Vrste masaže. Osnovni zahvati masaže: glađenje, gnječenje, trljanje, lupkanje, sjeckanje, istresivanje, valjanje, njihanje. Struktura zahvata po regijama tijela. <p>Vježbe (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata, osim teme pod rednim brojem 7 koja se obrađuje 3 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Rane i komplikacije rana2. Zbrinjavanje rana3. Prijelomi kostiju4. Prva pomoć i imobilizacija prijeloma kostiju5. Uvod u masažu6. Zahvati masaže7. Reanimacija					
Obveze studenata						
Praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	9%	0.5	Kolokvij	27%	1.5
	Praktični rad	9%	0.5	Usmeni ispit	55%	3.00
				ukupno	5.5 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Medved, R. i sur. (1987). Sportska medicina, Zagreb: JUMENA.2. Pećina, M., Heimer, S. (1995). Sportska medicina: odabrana poglavlja. Zagreb: Naprijed.					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Pećina, M. (1992). Sindromi prenaprezanja. Zagreb: Globus.2. Kibler, B. W. (1990). The sport preparticipation fitness examination. Champaign, Illinois: Human Kinetics.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



ENGLJSKI JEZIK U KINEZILOGIJI (162572)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Darija Omrčen	
kancelarija	116		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	darija.omrcen@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658716		
vanjski suradnik		Valentino Jakšić	
e-mail	tjaksic3@gmail.com		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezni
semestar	VIII. – ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	3.5 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica / (P) i (V) on-line nastava u sustavu Merlin iMicrosoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	140 - 160
ciljevi predmeta	Cilj je obraditi osnovne elemente teorije komunikacije te ukazati na važnost razumijevanja odnosa između pojma i naziva, a zatim obraditi osnovna obilježja engleskoga kao stranoga jezika struke. Cilj je i obraditi osnovne nazive dijelova tijela, glagole koji označavaju pokrete te kroz tvorbu riječi elemente morfologije naziva. Kroz rad na tekstu obradit će se nazivlje vezano za temeljne koncepte kineziologije. Cilj je i ovladati nazivljem vezanim za pojedine sportove i sportske discipline, kao i ovladati gramatičkim strukturama – kondicionalne rečenice, pasivna konstrukcija rečenice.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- Spoznati važnost precizne uporabe naziva.- Primijeniti, na recepcijskoj razini, obrađeno nazivlje.- Primijeniti, na recepcijskoj razini, nazivlje obrađeno kroz tvorbu riječi.- Na recepcijskoj razini ovladati engleskim kao stranim jezikom struke.- Precizno razumijeti stručno nazivlje na engleskome jeziku (recepcijska razina).- Precizno primijeniti stručno nazivlje na engleskome jeziku (produkcijaska razina).		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će: <ul style="list-style-type: none">- razviti sposobnost preciznoga izričaja kroz stručne nazive,- usvojiti kineziološku terminologiju na engleskome jeziku prema temama u nastavnome planu i programu,- steći osnovna znanja iz morfologije i sintakse engleskoga jezika u kineziologiji,- postići razumijevanje pisanoga stručnoga teksta na engleskome jeziku.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja <ol style="list-style-type: none">1. Upoznavanje s ciljem kolegija, okvirnim programom predmeta te s načinom provođenja kolokvija i ispita. (1P)2. Teorija znakova. Teorija komunikacije. (1P)3. Što je stručni jezik. Obilježja engleskoga jezika kineziologije kao stranoga jezika struke. Terminologiziranje riječi. Što su prijevodni ekvivalenti. (2P)4. Podrijetlo nekih engleskih stručnih naziva u kineziologiji. Kolokacije i priroda kolokacija u stručnome engleskome jeziku kineziologije. (2P)5. Obrada stručnoga nazivlja kroz tvorbu riječi – afiksacija: prefiksalna i sufiksalna tvorba, slaganje; odsijecanje/kraćenje; stapanje; složene skraćenice. (2P)6. Tvorba množine imenica podrijetlom iz latinskoga i grčkoga jezika. Obrada engleskih naziva za dijelove tijela. (2P)		



7. Glagoli koji u engleskome jeziku označavaju pokrete. Prilozi mjesta. Obrada zapovjednoga načina u engleskome jeziku i kroz prijevod teksta (opisa pojedinih vježbi na tlu i vježbi s različitim vrstama otpora) s engleskoga jezika na hrvatski. Razvijanje vještine preciznoga prijevoda u kontekstu kineziologije. (2P)
8. Obrada kroz tekst stručnoga engleskoga nazivlja vezanoga za opis koncepta kineziologije. Izricanje razlikovnih obilježja, razlika u stavovima. (2P)
9. Obrada engleskih naziva vježbi na tlu. Obrada engleskih naziva za sportove i sportske discipline – atletika, sportska gimnastika, ekipni sportovi, borički sportovi. (2P)
10. Obrada engleskih naziva za sportove i sportske discipline – sportovi na vodi i pod vodom, streljaštvo i streličarstvo, zimski sportovi, ostali sportovi. Nazivi u engleskome jeziku za sportska igrališta, terene, staze itd. (2P)
11. Engleski nazivi za sprave i rekvizite u sportu i tjelovježbi. Obrada kroz tekst stručnoga engleskoga nazivlja vezanoga za opis koncepta sporta. (2P)
12. Obrada kroz tekst stručnoga nazivlja na engleskome jeziku vezanoga za definiranje pojmova aerobic i anaerobic. Podrijetlo naziva aerobic i anaerobic. Prijevod stručnoga teksta. Interpretacija pročitana stručnoga teksta. Obrada engleskoga stručnoga nazivlja vezanoga za transport kisika u ljudskome organizmu kroz tekst. (2P)
13. Obrada kroz tekst engleskoga stručnoga nazivlja vezanoga za frekvenciju srca te za imenovanje i opis motoričkih sposobnosti kao sastavnica fizičke kondicije. Podrijetlo naziva fitness, njegovo značenje u raznim znanstvenim disciplinama te u kineziologiji. Prijevod stručnoga teksta. (2P)
14. Obrada kroz tekst naziva speed, velocity i quickness. Obrada kroz tekst naziva force, strength, power i endurance. Usporedba prijevodnih ekvivalenata u hrvatskome jeziku. (2P)
15. Obrada kroz tekst engleskoga stručnoga nazivlja vezanoga za strukturu i vrste mišića. Obrada pojedinih riječi i naziva kroz neke semantičke odnose – riječi i nazivi suprotnoga značenja, istoga značenja itd. (2P)
16. Obrada kroz tekst engleskoga stručnoga nazivlja vezanoga za vrste mišićnih kontrakcija. Obrada kroz tekst engleskoga stručnoga nazivlja vezanoga za tjelovježbu i njezinu ulogu u svakodnevnome životu. Iznošenje stavova na engleskome jeziku (slaganje, neslaganje, izricanje prednosti, nedostataka itd.). (2P)

Vježbe

1. Obrada stručnoga engleskoga nazivlja vezanoga za atletiku – atletske discipline, sprave koje se rabe u atletici, rekviziti, biomehanika skoka u dalj itd. te uvježbavanje opisivanja izvođenja skoka u dalj, skoka u vis itd. Vježbe za ovladavanje stručnim nazivljem. (2V)
2. Ponavljanje glagolskih vremena u engleskome jeziku (Present Simple, Present Progressive, Past Simple, Past Progressive, Present Perfect Simple, Past Perfect Simple, Future Simple). (2V)
3. Obrada kondicionala sadašnjeg i kondicionala prošlog u engleskome jeziku. Uvježbavanje glagolskih vremena u engleskome jeziku na primjeru rečenica tematski vezanih za struku. (2V)
4. Obrada pasivne konstrukcije rečenica u kojima nema modalnoga glagola te pasivne konstrukcije rečenica u kojima postoji modalni glagol. (2V)
5. Uvježbavanje prijevoda pasivnih rečeničnih konstrukcija s engleskoga na hrvatski jezik te uvježbavanje primjene pasivnih rečeničnih konstrukcija u stručnome tekstu. (2V)
6. Obrada stručnoga engleskoga nazivlja vezanoga za sportsku gimnastiku (nazivi sprava, pomoćnih sprava i nekih gimnastičkih elemenata u sportskoj gimnastici kao i nazivi



	<p>rekvizita u ritmičkoj gimnastici) te prijevod i interpretacija pročitana stručnog teksta s temom iz sportske gimnastike. Uvježbavanje engleskoga stručnoga nazivlja iz sportske gimnastike. (2V)</p> <ol style="list-style-type: none">Obrada stručnoga engleskoga nazivlja vezanoga za četiri plivačke tehnike, za plivačke natjecateljske discipline te za ronjenje i ronilačku opremu. Razvijanje produkcijske sastavnice poznavanja engleskoga jezika kao stranoga jezika struke – uvježbavanje argumentacije. (2V)Obrada stručnoga engleskoga nazivlja vezanoga za veslanje i veslanje na pariće (natjecateljske discipline, nazivi za veslače, vesla, dijelove čamca itd.) te uvježbavanje engleskoga stručnoga nazivlja iz veslanja. (2V)Obrada stručnoga engleskoga nazivlja vezanoga za osnovne vještine u košarci, za elemente situacijske učinkovitosti, za vrste prekršaja, za vrste dodavanja, za vrste šuteva na koš, pozicije igrača, za pravila igre. Uvježbavanje primjene pasivnih rečeničnih konstrukcija u stručnome tekstu na primjeru košarke. Uvježbavanje engleskoga stručnoga nazivlja iz košarke. (2V)Obrada stručnoga engleskoga nazivlja vezanoga za osnovne vještine u rukometu, za elemente situacijske učinkovitosti, za vrste šuteva i dodavanja, za pozicije igrača, za pravila igre. Prijevod stručnoga teksta na engleskome jeziku iz rukometa. Interpretacija pročitana stručnoga teksta. Uvježbavanje stručnoga engleskoga nazivlja iz rukometa. (2V)Obrada stručnoga engleskoga nazivlja vezanoga za neke tehničko-taktičke elemente u odbojci, za pozicije igrača, za pravila igre. Razvijanje produkcijske sastavnice poznavanja engleskoga jezika kao stranoga jezika struke – uvježbavanje opisa igre u odbojci. Vježbe za ovladavanje stručnim nazivljem. (2V)Obrada stručnoga engleskoga nazivlja vezanoga za osnovne vještine u nogometu, za pozicije igrača, za pravila igre. Uvježbavanje stručnoga engleskoga nazivlja iz nogometa. Razvijanje produkcijske sastavnice poznavanja engleskoga jezika kao stranog jezika struke – uvježbavanje opisa pravila igre. (2V)Obrada kondicionalnih rečenica u engleskome jeziku. Uvježbavanje primjene glagolskih vremena i zapovjednoga načina u kondicionalnim rečenicama u engleskome jeziku. (2V)Uvježbavanje kondicionalnih rečenica na engleskome jeziku i njihovih prijevoda s engleskoga na hrvatski te s hrvatskoga na engleski jezik. Kroz kondicionalne rečenice uvježbavanje izricanja uzročno-posljedičnog odnosa među pojavama. (2V)Obrada stručnoga engleskoga nazivlja vezanoga za osnovne udarce u tenisu, za opis teniskoga igrališta i teniske opreme, za pravila igre itd. Prijevod stručnoga engleskoga teksta vezanoga za tenis na hrvatski jezik. Interpretacija pročitana stručnoga teksta. Vježbe za ovladavanje stručnim nazivljem. Uvježbavanje iznošenja preferencija. (2V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	13%	0.5	kolokvij	29%	1
	pismeni ispit	29%	1	usmeni ispit	29%	1
	ukupno					3.5 ECTS
obvezna literatura	1. Omrčen, D. (2000). English for Kinesiology. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.					
dopunska literatura	1. Omrčen, D. (2009). English for Sports Coaches. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



NJEMAČKI JEZIK U KINEZILOGIJI (162573)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Darija Omrčen	
kancelarija		116	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		darija.omrcen@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658716	
vanjska suradnica		doc. dr. sc. Nikolina Borčić	
e-mail		nikolinaborcic@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezni
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	8.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teaams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	do 10
ciljevi predmeta	Cilj je obraditi osnovne elemente teorije komunikacije te u okviru nje ukazati na važnost razumijevanja odnosa između pojma i naziva, a zatim obraditi osnovna obilježja njemačkoga kao stranoga jezika struke. Obradit će se osnovni nazivi dijelova tijela, glagoli koji označavaju pokrete te kroz tvorbu riječi elementi morfologije naziva. Kroz rad na tekstu obradit će se nazivlje vezano za temeljne koncepte kineziologije. Cilj je ovladati njemačkim nazivljem vezanim za pojedine sportove i sportske discipline kao i ovladati pasivnom konstrukcijom rečenice.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- Spoznati važnost precizne uporabe naziva.- Primijeniti, na recepcijskoj razini, obrađeno nazivlje.- Primijeniti, na recepcijskoj razini, nazivlje obrađeno kroz tvorbu riječi.- Na recepcijskoj razini ovladati njemačkim kao stranim jezikom struke.- Precizno razumijeti stručno nazivlje na njemačkome jeziku (recepcijska razina).- Precizno primijeniti stručno nazivlje na njemačkome jeziku (produkcijaska razina).		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će: <ul style="list-style-type: none">- razviti sposobnost preciznoga izričaja kroz stručne nazive,- usvojiti kineziološku terminologiju na njemačkome jeziku prema temama u nastavnome planu i programu,- steći osnovna znanja iz morfologije i sintakse njemačkoga jezika u kineziologiji,- postići razumijevanje pisanoga stručnoga teksta na njemačkome jeziku.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja <ol style="list-style-type: none">4. Upoznavanje s ciljem kolegija, okvirnim programom predmeta te s načinom provođenja kolokvija i ispita. (1P)5. Teorija znakova. Teorija komunikacije. (1P)6. Što je stručni jezik. Obilježja njemačkoga jezika kineziologije kao stranoga jezika struke. Terminologiziranje riječi. Što su prijevodni ekvivalenti. (2P)7. Podrijetlo nekih njemačkih stručnih naziva u kineziologiji. Kolokacije. Priroda kolokacija u stručnome njemačkome jeziku kineziologije. (2P)8. Obrada stručnoga nazivlja kroz tvorbu riječi – afiksacija: prefiksalna i sufiksalna tvorba, slaganje; prefiksi i leksemi grčkoga i latnskoga podrijetla, tvorba riječi od početnih slova i dijelova riječi. (2P)		



9. Tvorba množine imenica podrijetlom iz latinskoga i grčkoga jezika. Obrada njemačkih naziva za dijelove tijela. (2P)
10. Glagoli koji u njemačkome jeziku označavaju pokrete. Prilozi mjesta. Obrada zapovjednoga načina u njemačkome jeziku i kroz prijevod teksta (opisa pojedinih vježbi na tlu i vježbi s različitim vrstama otpora) s njemačkoga jezika na hrvatski razvijanje vještine preciznoga prijevoda u kontekstu kineziologije. (2P)
11. Obrada kroz tekst stručnoga njemačkoga nazivlja vezanoga za opis koncepta kineziologije. Izricanje razlikovnih obilježja, razlika u stavovima. (2P)
12. Obrada kroz tekst njemačkih naziva za vježbe na tlu te za sportove i sportske discipline – atletika, sportska gimnastika, ekipni sportovi, borilački sportovi. (2P)
13. Obrada kroz tekst stručnoga njemačkoga nazivlja vezanoga za opis koncepta sporta. Obrada njemačkih naziva za sportove i sportske discipline – sportovi na vodi i pod vodom, streljaštvo i streličarstvo, zimski sportovi, ostali sportovi. Njemački nazivi za sprave i rekvizite u sportu i tjelovježbi. (2P)
14. Obrada stručnoga nazivlja vezanoga za neke anatomske pojmove (vrste tkiva – mišićno, vezivno, potporno, živčano). (2P)
15. Obrada kroz tekst njemačkoga stručnoga nazivlja vezanoga za anatomiju i funkciju kralježnice te za tjelovježbu i njezinu ulogu u svakodnevnome životu. Iznošenje stavova na njemačkome jeziku (slaganje, neslaganje, izricanje prednosti, nedostataka itd.). (2P)
16. Obrada kroz tekst njemačkoga stručnoga nazivlja vezanoga za strukturu i vrste mišića. Obrada kroz tekst njemačkoga stručnoga nazivlja vezanoga za vrste mišićnih kontrakcija. (2P)
17. Obrada kroz tekst njemačkoga stručnoga nazivlja vezanoga za definiranje pojmova aerob i anaerob, za građu srca te veliki i plućni krvotok, kao i za transport kisika u ljudskome organizmu. Interpretacija pročitanoga stručnoga teksta. (2P)
18. Obrada kroz tekst njemačkoga stručnoga nazivlja vezanoga za imenovanje i opis motoričkih sposobnosti kao sastavnica fizičke kondicije. Podrijetlo naziva fitness. Leistungsfähigkeit kao njemački prijevodni ekvivalent engleskoga naziva fitness. Značenje naziva fitness u raznim znanstvenim disciplinama. (2P)
19. Obrada kroz tekst naziva Kraft, Schnellkraft, Ausdauer, Geschwindigkeit i Schnelligkeit. Usporedba prijevodnih ekvivalenata u hrvatskome jeziku. (2P)

Vježbe

1. Obrada stručnoga njemačkoga nazivlja vezanoga za atletiku – atletske discipline, sprave koje se rabe u atletici, rekviziti, biomehanika skoka u dalj itd. Uvježbavanje opisivanja izvođenja skoka u dalj, skoka u vis itd. Vježbe za ovladavanje stručnim nazivljem. (2V)
2. Ponavljanje glagolskih vremena u njemačkome jeziku (Präsens, Präteritum – pomoćnih i modalnih glagola, slabih, jakih i nepravilnih glagola). Ponavljanje glagolskih vremena (Perfekt – pomoćnih i modalnih glagola; slabih, jakih i nepravilnih glagola). (2V)
3. Ponavljanje prijedloga s genitivom, dativom, akuzativom te dativom i akuzativom. Uvježbavanje uporabe prijedloga s genitivom, dativom, akuzativom te dativom i akuzativom. (2V)
4. Obrada stručnoga njemačkoga nazivlja vezanoga za sportsku gimnastiku – nazivi sprava, pomoćnih sprava i nekih gimnastičkih elemenata u sportskoj gimnastici, kao i nazivi rekvizita u ritmičkoj gimnastici. Prijevod i interpretacija pročitanoga stručnoga



	<p>teksta s temom iz sportske gimnastike. Uvježbavanje njemačkoga stručnoga nazivlja iz sportske gimnastike. (2V)</p> <p>5. Obrada stručnoga njemačkoga nazivlja vezanoga za četiri plivačke tehnike te za plivačke natjecateljske discipline. Razvijanje produkcijske sastavnice poznavanja njemačkoga jezika kao stranoga jezika struke – uvježbavanje argumentacije. Obrada stručnoga njemačkoga nazivlja vezanoga za ronjenje i ronilačku opremu. Razvijanje produkcijske sastavnice poznavanja njemačkoga jezika kao stranoga jezika struke – uvježbavanje argumentacije. (2V)</p> <p>6. Obrada stručnoga njemačkoga nazivlja vezanoga za veslanje i veslanje na pariće – natjecateljske discipline, nazivi za veslače, vesla, dijelove čamca itd. Uvježbavanje njemačkoga stručnoga nazivlja iz veslanja. Das werden-Passiv. Obrada pasivne konstrukcije rečenica. (2V)</p> <p>7. Primjena das werden-Passiva kroz glagolska vremena. Rečenice bez modalnoga glagola. Primjena das werdenPassiva kroz glagolska vremena. Rečenice s modalnim glagolom. Pasivne rečenice bez subjekta. (2V)</p> <p>8. Uvježbavanje prijevoda pasivnih rečeničnih konstrukcija s njemačkoga na hrvatski jezik. Obrada stručnoga njemačkoga nazivlja vezanoga za osnovne vještine u košarci, za elemente situacijske učinkovitosti, za vrste prekršaja, za vrste dodavanja, za vrste šuteva na koš, pozicije igrača, za pravila igre. (2V)</p> <p>9. Uvježbavanje primjene pasivnih rečeničnih konstrukcija u stručnome tekstu na primjeru košarke. Uvježbavanje njemačkoga stručnoga nazivlja iz košarke. Obrada stručnoga njemačkoga nazivlja vezanoga za osnovne vještine u rukometu, za elemente situacijske učinkovitosti, za vrste šuteva i dodavanja, za pozicije igrača, za pravila igre. (2V)</p> <p>10. Prijevod stručnoga teksta na njemačkome jeziku na temu rukometa. Interpretacija pročitana stručnoga teksta. Uvježbavanje stručnoga njemačkoga nazivlja iz rukometa. Obrada stručnoga njemačkoga nazivlja vezanoga za neke tehničko-taktičke elemente u odbojci, za pozicije igrača, za pravila igre. (2V)</p> <p>11. Razvijanje produkcijske sastavnice poznavanja njemačkoga jezika kao stranoga jezika struke – uvježbavanje opisa igre u odbojci. Vježbe za ovladavanje stručnim nazivljem. Obrada stručnoga njemačkoga nazivlja vezanoga za osnovne vještine u nogometu, za pozicije igrača, za pravila igre. (2V)</p> <p>12. Uvježbavanje stručnoga njemačkoga nazivlja iz nogometa. Razvijanje produkcijske sastavnice poznavanja njemačkoga jezika kao stranoga jezika struke – uvježbavanje opisa pravila igre. Ponavljanje pravila vezanih za redoslijed dijelova glavne i zavisne rečenice. (2V)</p> <p>13. Wenn-rečenice. Uvježbavanje izričaja uzročno-posljedičnih odnosa među pojavama. Uvježbavanje redoslijeda dijela glavne i zavisne rečenice. (2V)</p> <p>14. Obrada stručnoga njemačkoga nazivlja vezanoga za osnovne udarce u tenisu, za opis teniskoga igrališta i teniske opreme, za pravila igre itd. Prijevod stručnoga njemačkoga teksta vezanoga za tenis na hrvatski jezik. Interpretacija pročitana stručnoga teksta. Vježbe za ovladavanje stručnim nazivljem. (2V)</p> <p>15. Uvježbavanje iznošenja preferencija. Uvježbavanje iznošenja obrazloženja. (2V)</p>					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	13%	0.5	kolokvij	29%	1
	pismeni ispit	29%	1	usmeni ispit	29%	1
				ukupno	3.5 ECTS	



obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">4. Olivier, N., Rockmann, U. (2003). Grundlagen der Bewegungswissenschaft und -lehre. Schorndorf: Karl Hofmann Verlag. (Odabrana poglavlja).5. Beyer, E. (1992). Wörterbuch der Sportwissenschaft. Deutsch, Englisch, Französisch. Dictionary of Sport Science. German. English. French. Dictionnaire des Sciences du Sport. Allemand. Anglais. Français. Schorndorf: Verlag Karl Hofmann. (Odabrana poglavlja).6. Glovacki-Bernardi, Z. (1996). Osnove njemačke gramatike. Zagreb: Školska knjiga. (Odabrana poglavlja).
dopunska literatura	
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



IZBORNI PREDMETI U PONUDI VIII. SEMESTRA

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
124056	Elementarne igre	izv. prof. dr. sc. Maja Horvatin	6	12	12	2.0
162567	Komunikacijsko prezentacijske vještine u sportu	doc. dr. sc. Nikša Sviličić	15		15	2.0
162564	Motorička znanja djece	doc. dr. sc. Sanja Šalaj	16	14		2.0
123961	Nordijsko hodanje	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	6	12	12	2.0
123965	Planinarstvo i sportsko rekreacijski programi u prirodi	doc. dr. sc. Drena Trkulja-Petković	10	6	14	2.0
123970	Samoobrana	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	6	12	12	2.0
123771	Sinkronizirano plivanje	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	6	12	12	2.0
162569	Sportska karijera	izv. prof. dr. sc. Romana Caput-Jogunica	14	8	8	2.0
162570	Suvremeni pristup u liječenju boli	izv. prof. dr. sc. Iris Zavoreo	12	12	6	2.0
123973	Tenis	izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros Tudor	6	12	12	2.0
123780	Triatlon	izv. prof. dr. sc. Mario Kasović	6	12	12	2.0
studenti u ovom semestru upisuju 1 izborni predmet			2 ECTS			



ELEMENTARNE IGRE (124056)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Maja Horvatin	
kancelarija		40/4	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		maja.horvatin@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658606	
vanjska suradnica		Jana Dobrinić, prof.	
e-mail		jan.hrs@gmail.com	
vanjska suradnica		Paula Ivković, mag. cin.	
e-mail		paulaivkovic@gmail.com	
vanjski suradnik		Dario Maravić, mag. cin.	
e-mail		dario713@gmail.com	
vanjski suradnik		Vedran Stojsavljević, mag. cin.	
e-mail		vedran.vidra@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S + V) dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = P + S + V	očekivani broj studenata na predmetu	do 60
ciljevi predmeta	Kod studenata/ica stvoriti kompetencije za optimalan izbor sadržajno primjenjivih elementarnih igara za razvoj pojedinih antropoloških obilježja sudionika/igrača u području tjelesne i zdravstvene kulture, sporta i sportske rekreacije.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Poznavanje i klasifikacija igara. Vrste i obilježja elementarnih igara. Izbor igara prema uzrastu (igre za djecu predškolske dobi, mlađe – starije školske dobi, srednjoškolci, studenti, odrasli). Izbor igara usmjerenih na razvoj motoričkih sposobnosti (igre brzine, igre snage, igre spretnosti...) i na razvoj kondicijskih sposobnosti. Izbor igara uz primjenu različitih pomagala. Izbor igara s obzorom na specifičnosti prostora. Izbor igara u različitim organizacijskim oblicima rada. Štafetne igre. Ekipne igre. Elementarne igre s bazičnim elementima pojedine sportske discipline i/ili sporta. Elementarne igre u rekreaciji. Elementarne igre u vrhunskom sportu. Elementarne igre primjerene osobama s posebnim potrebama.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti/ce će moći: <ul style="list-style-type: none">- razumjeti ulogu elementarnih igara u svakodnevnom životu, na satu tjelesne i zdravstvene kulture, u rekreaciji i sportskom treningu;- primijeniti adekvatne ili primjerene igre s obzirom na: dob, spol, razinu motoričkih i funkcionalnih sposobnosti, razinu motoričkih znanja, specifičnosti pojedine sportske discipline i/ili sporta, mogućnosti igrača, materijalne mogućnosti i uvjete rada;- izraditi i osmisliti samostalno igru vodeći računa o specifičnostima igrača i cilju igre;- analizirati i prepoznati prednosti i nedostatke pojedine igre s obzirom na njezin cilj i zadatke, sadržajnu, organizacijsku i praktičnu primjenjivost;- raditi u manjim timovima pri osmišljavanju igre i izradi seminarskog rada;- prezentirati igru u sklopu praktičnog dijela ispita.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Teorijska predavanja (svaka se tema obrađuje dva nastavna sata)		



prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none">1. Klasifikacija igara; karakteristike, vrste i obilježja elementarnih igara, štafetne igre, ekipne (2P)2. Karakteristike elementarnih igara prema uzrastu, uz primjenu različitih organizacijskih oblika rada i različitih sprava i pomagala (2P)3. Elementarne igre za razvoj bazičnih motoričkih sposobnosti i elementarne igre primjerene osobama s posebnim potrebama (2P) <p>Teorijsko-praktična predavanja i vježbe (svaka se tema obrađuje 2TPP+2V)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Elementarne igre za djecu predškolske dob2. Elementarne igre s primjenom prirodnih oblika kretanja I3. Elementarne igre s primjenom prirodnih oblika kretanja II4. Štafetne igre Elementarne igre za razvoj motoričkih sposobnosti5. Elementarne igre primjerene osobama s posebnim potrebama																		
obveze studenata	<ul style="list-style-type: none">- Redovito pohađati nastavu (obavezni su redovito sudjelovati na 80% nastave (uključujući sve segmente nastave: teoretska, teoretsko-praktična predavanja i vježbe) što je u skladu s općim pravilima o pohađanju nastave Kineziološkog fakulteta);- aktivno i angažirano sudjelovati u nastavi stvarajući radno i poticajno ozračje;- izraditi seminarski rad;- uspješno savladati praktični dio ispita (kvalitetnim izborom, vođenjem, demonstracijom i provedbom igre);- pozitivno položiti usmeni dio ispita.																		
praćenje rada studenata	<table border="1"><tr><td>Pohađanje nastave</td><td>20%</td><td>0.4</td><td>Pismeni ispit</td><td>25%</td><td>0.5</td></tr><tr><td>Praktični rad</td><td>25%</td><td>0.5</td><td>Usmeni ispit</td><td>30%</td><td>0.6</td></tr><tr><td colspan="4" style="text-align: right;">ukupno</td><td colspan="2">2.0 ECTS</td></tr></table>	Pohađanje nastave	20%	0.4	Pismeni ispit	25%	0.5	Praktični rad	25%	0.5	Usmeni ispit	30%	0.6	ukupno				2.0 ECTS	
Pohađanje nastave	20%	0.4	Pismeni ispit	25%	0.5														
Praktični rad	25%	0.5	Usmeni ispit	30%	0.6														
ukupno				2.0 ECTS															
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Allu'e J.M. (2003). Velika knjiga igara. Zagreb: Profil International.2. Battlori J., Fontán, S., Lozano, E. (2008). Velika knjiga igara 2 – 250 najboljih igara za svaku dob. Zagreb: Profil International.3. Horvatin-Fučkar, M. (2012). Primjena elementarnih igara u uvodnom dijelu sata. Zagreb: Simpozij Školski sport, 2012. https://webmedia.skolski-sport.hr/simpozij2012/horvatin.html4. Horvatin-Fučkar, M., Dobrinić, J., Stojavljević, V. (2016). Štafetne igre. U V. Findak (ur.) Zborniku radova 25. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske <i>Kineziologija i područje edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije u razvitku hrvatskog društva</i>, Poreč (str. 614-619). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez. – stručni rad5. Hrs, J., Horvatin-Fučkar, M., Vlašić, J. (2011). Elementarne igre za slijepce o slabovidne osobe. u: Zbornik radova (ur. Andrijašević, M., Jurakić, D.) Međunarodne znanstveno-stručne konferencije "Sportska rekreacija u funkciji zdravlja". Osijek, 26. ožujka 2011., Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 305-310.6. Koritnik, M. (1978). 2000 igara. Zagreb: Zadržna štampa.																		
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Horvatin, M., Maravić, D., Dobrinić, L., Dobrinić, J., Ciliga D. (2018). Elementarne igre za osobe u invalidskim kolicima. U V. Babić (ur.) zborniku radova 27. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. Primjeri dobre prakse u području edukacije, sporta, sportske rekreacije I kineziterapije. Poreč, 27. – 30. lipnja 2018., (str. 385-388). Zagreb: Hrvatski Kineziološki savez.2. Horvatin-Fučkar, M. (2011). Primjena elementarnih igara u sportskim programima. Seminar voditelja Univerzalne športske škole, "Univerzalna športska škola" Zagreb, 19. i 20. studenog 2011. Zagreb: Hrvatski školski športski savez, Agencija za odgoj i obrazovanje <i>Education and Teacher Training Agency</i>, Kineziološki fakultet Sveučilišta																		



	<p>u Zagrebu. (8 str.) objavljeno http://www.skolski-sport.hr/seminar-za-voditelje-usš-4457.html,</p> <ol style="list-style-type: none">3. Ivanković, A. (1982). Tjelesne vježbe i igre u predškolskom odgoju. Zagreb: Školska knjiga.4. Ivkovičić, P., Vlašić, J., Horvatin, M. (2018). Igre gumi-gumi elastičnom trakom. U V. Babić (ur.) zborniku radova 27. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. Primjeri dobre prakse u području edukacije, sporta, sportske rekreacije I kineziterapije. Poreč, 27. – 30. lipnja 2018., (str. 175-181). Zagreb: Hrvatski Kineziološki savez.5. Nemeč, P., Nemeč, V. (2009). Elementarne igre i njihova primena. Beograd: SIA.6. Šimek, S., Čustonja, Z. (2003). Elementarne igre u kondicijskoj pripremi sportaša. u: Milanović, D., Jukić, I. (ur.) Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa 'Kondicijska priprema sportaša', Zagreb, 21. – 22. 02. 2003., 278-283.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



KOMUNIKACIJSKO PREZENTACIJSKE VJEŠTINE U SPORTU (162567)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Nikša Sviličić	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		niksa.svilicic@proactiva.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P i V) predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V	očekivani broj studenata na predmetu	do 60
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je studentima omogućiti stjecanje znanja o važnosti i specifičnostima komunikacijsko prezentacijskih tehnika i vještina u sportu. Komunikacijsko – prezentacijska paradigma, iz koje se direktno derivira i motivacijski element, iznimno je važna sastavnica u strukturi, percepciji i recepciji sporta, kao i interpersonalnih odnosa u sportu. U tom smislu, predmet će obrađivati dvije razine upravljanja komunikacijsko prezentacijskim vještina. Prva razina će obrađivati one tehnike koje su potrebne u trenerskom radu i njegovim specifičnostima, dok će se drugi dio orijentirati na vještine potrebne u širem kontekstu sportskog managementa. Spoznaja o važnosti znanja i ispravnog korištenja specifičnih komunikacijskih vještina i prezentacijskih tehnika su neophodan suplement svih segmenata, u najširem kontekstu sporta.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će biti u stanju primijeniti znanje i razumijevanje upotrebe optimalnih komunikacijsko prezentacijskih vještina u ovisnosti o specifičnosti okruženja u kojem rade, te optimizirati svoj komunikacijsko – prezentacijski nastup pred različitim auditorijima, a samim time podići će i razinu uvjerljivosti sadržaja kojeg komuniciraju.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti osposobljeni da razumiju kognitivne obrasce ponašanja u komunikaciji. Studenti će moći napraviti procjenu osobnosti sugovornika po DISC Insight metodi, koja će im pomoći u optimizaciji komunikacijsko – prezentacijskog stava. Studenti će biti didaktički i metodički kompetentni da znanja stečena na ovom kolegiju u vrlo kratkom roku praktično iskoriste i primjene u svom profesionalnom radu. Studenti će steći znanje za održavanje samostalnih prezentacija i motivacijskih govora, pred manjim i većim auditorijem. Studenti će naučiti principe i tehnike persuazivne komunikacije, te dobiti znanje o efikasnom djelovanju komunikacijske asertivnosti u komunikacijskom procesu		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none">1. Posebnosti reaktivne i proaktivne komunikacije i njihova iskoristivost u radu trenera i u sportu (2P+2S).2. Važnost, metode i tehnike postizanja „win – win“ odnosa i tehnike suptilne persuazije (1P+1S)3. Postavljanje tehnike DPA metode (dvostruke pozitivne alternative) i neverbalna komunikacija (1P+1S)4. Efekt Alfreda Hitchcocka i njegova iskoristivost u sportu (1P+1S).5. Efekt Leva Kulešovljeva i učinak na komunikaciju sa sportskim auditorijem (1P+1S)6. Komunikacijska percepcija i način upravljanja komunikacijskom motivacijom (1P+1S)7. Moć „Packard fenomena“ i veza sa komunikacijskom u sportu (1P+1S).8. Metode uvjeravanja putem „primjenjene komunikativnosti“ i dobitne DPA / BD tehnike (1P+1S).		



	9. Načini korištenja i vještina primjene efekta „Solomona Asha“ u komunikaciji u sportu. (1P+1S) 10. Tehnika „Harissonov protocol“(Moć dobrog prezentacijskog nastupa i veza sa motiviracijom suradnika) (1P+1S). 11. Tehnike uspješnog komunikacijog i prezentacijskog nastupa korištenjem „B.E.S..T“. metode (1P+1S) 12. „Mekano“ otklanjanje konflikata u komunikaciji korištenjem „Harvard GENEMIN“ formule (2P+2S). 13. P.O.P. tehnika vladanja sadržajem i potpune kontrole nad prezentacijom pred grupom ili pojedincem (1P+1S).					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad na nastav					
praćenje rada studenata	pohađanje i aktivnost na nastavi	30%	0.5	seminarski rad	25%	0.5
	pismenii ispit	65%	1	ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Novosel, P. (1991). Komuniciranje. U: Kolesarić, V., Krizmanić, M. i Petz, B. (ur.) Uvod u psihologiju. Zagreb: Grafički zavod Hrvatske. 2. Weissman, J. (2010). Najbolji prezenter - tehnika, stil i strategija najpoznatijeg američkog trenera govorništva. Zagreb: Wiley / Mate d.o.o. 3. Van Emden, J. I Becker, L. (2004). Presentation skills for students. London: Palgrave Macmillan.					
dopunska literatura	1. Reardon, K. K. (1998). Interpersonalna komunikacija. Gdje se misli susreću. Zagreb: Alinea. 2. Coakley, J. (2009). Sports In Society: Issues And Controversies. Tenth edition. McGraw-Hill. 3. Bartoluci, S. (2008). Komunikacija i kondicijska priprema sportaša. U: Jukić, I., Milanović, D. i Gregov, C. (ur.) Kondicijska priprema sportaša, Zbornik radova 6. godišnje međunarodne konferencije, Zagreb, 22. - 23. 02. 2008, str. 92 - 94. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
način praćenja kvalitete	Studenti će raditi aktivno na nastavi, a vodit će se i evidencija o njihovom pohađanju predavanja i seminara. Krajem semestra bit će napravljena evaluacija predmeta i nastavnika koji radi na predmetu anonimnom anketom koja će uključivati sve relevantne didaktičke i metodičke obrasce nužne za praćenje kvalitete sa ciljem stjecanja izlaznih kompetencija.					



MOTORIČKA ZNANJA DJECE (162564)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Sanja Šalaj	
kancelarija		194	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		sanja.salaj@kif.hr	
telefon		+38513658779	
vanjska suradnica		Mateja Deranja, mag.cin.	
e-mail		mateja.deranja@kif.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologije	status predmeta	izborni
Semestar	V. – zimski	godina studija	III.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) i (S) i (V) predavaonica P12 / on-line nastava u sustavu Merlin iMicrosoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 14P + 2eu + 14V + samostalni zadaci + multimedija i mreža + mješovito e-učenje + terenska nastava	broj studenata na predmetu	44
ciljevi predmeta	Stjecanje znanja o temeljnim motoričkim znanjima djece (prirodnim oblicima kretanja) i njihovoj važnosti za zdravlje i razvoj čovjeka, dijagnostičkim postupcima za njihovu procjenu, postupcima odabira sadržaja i igara za njihov razvoj te mogućnostima planiranja i programiranja vježbanja usmjerenog na razvoj motoričkih znanja djece predškolske i rane školske dobi u sustavu edukacije, rekreacije i sporta.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će moći primijeniti stečena znanja o temeljnim oblicima kretanja djece u praktičnom radu s djecom predškolske i rane školske dobi kroz različite, višestrano usmjerene programe vježbanja u sustavu edukacije, rekreacije i sporta.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - identificirati i analizirati temeljna lokomotorna i manipulativna motorička znanja djece - definirati i analizirati razvojne faze lokomotornih motoričkih znanja te koristiti sadržaje i igre za njihovo uspješno svladavanje u praktičnom radu, - definirati i analizirati razvojne faze manipulativnih motoričkih znanja te koristiti sadržaje i igre za njihovo uspješno svladavanje u praktičnom radu, - planirati i programirati vježbanje djece usmjereno na razvoj motoričkih znanja u sustavu edukacije, rekreacije i sporta.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Rast i razvoj djece, Motoričke i funkcionalne sposobnosti djece predškolske i rane školske dobi, Zdravstvene dobrobiti vezane uz motorička znanja djece, (2P) 2. Važnost motoričkih znanja djece, Razvojni slijed učenja motoričkih znanja djece (2P) 3. Mjerenje motoričkih znanja (2P) 4. Razvojne karakteristike i poticanje razvoja lokomotornih znanja (2P) 5. Razvojne karakteristike i poticanje razvoja manipulativnih znanja (2P) 6. Programiranje pojedinačnog sata vježbanja za razvoj motoričkih znanja (2P)		



	7. Planiranje i programiranje vježbanja za razvoj motoričkih znanja u sustavu edukacije, rekreacije i sporta (2P) Vježbe 1. Klasifikacija motoričkih znanja (2V) 2. Mjerenje motoričkih znanja djece (2V) 3. Sadržaji i opterećenja za razvoj lokomotornih motoričkih znanja (hodanja, trčanja, poskoci i skokovi) (2V) 4. Sadržaji i opterećenja za razvoj ne-lokomotornih motoričkih znanja (ravnoteža, guranje, vučenje)(2V) 5. Sadržaji i opterećenja za razvoj manipulativnih motoričkih znanja (bacanja, hvatanja, udarci rukom i nogom)(2V) 6. Igre za razvoj motoričkih znanja (2V) 7. Pojedinačni sat vježbanja usmjeren na razvoj motoričkih znanja (2V) E-učenje: 1. Izrada plana i programa vježbanja usmjerenog na razvoj motoričkih znanja (2eu)					
Obveze studenata	Pohađanje svih vrsta nastave					
Praćenje rada studenata	pohađanje nastave	15%	0.3	seminarski rad	25%	0.5
	praktični rad	25%	0.5	pisani ispit	35%	0.7
					ukupno	2.0 ECTS
Obvezna literatura	1. Šalaj, S. (2014). Važnost prirodnih oblika kretanja. Zbornik radova Kondicijska priprema sportaša, 2014., 287-289. 2. Krmptić, M., Stamenković, I., Šalaj, S. (2014). Motorička znanja djece predškolske dobi. Kondicijski trening 12: 1; 68-73. 3. Šalaj, S., Krmptić, M. (2015). Razvoj i metodika poučavanja temeljnih motoričkih znanja kod djece predškolske dobi: hodanje i trčanje. Kondicijski trening 13(1):33-40. 4. Haywood, K., Getchell, N. (2014). Life Span Motor Development. Champaign, IL: Human Kinetics.(odabrana poglavlja).					
Dopunska literatura	1. Gallahue, D., Ozmun, J. C., & Goodway, J. D. (2012). Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults (7th ed.). New York: McGraw-Hill Companies, Inc. 2. Haywood, K., Getchell, N. (2014). Life Span Motor Development. Champaign, IL: Human Kinetics. 3. Sekulić, D., D. Metikoš (2007) Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji - Uvod u Osnovne Kineziološke Transformacije. Sveučilište u Splitu, Split.					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



NORDIJSKO HODANJE (123961)

nositeljica predmeta		prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić			
kancelarija		173			
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom			
e-mail		gordana.furjan-mandic@kif.unizg.hr			
telefon		+38513658773			
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta		Izborni	
semestar	VIII. - ljetni	godina studija		IV.	
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost		2.0 ECTS	
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S+V) dvorana + terenska nastava / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u				
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V + mješovito e-učenje + seminarski rad + multimedija i mreža	očekivani broj studenata na predmetu		do 60	
ciljevi predmeta	Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja iz nordijskog hodanja te način primjene nordijskog hodanja u odgojno-obrazovnom procesu (TZK) te u području rekreacije, kineziterapije i sporta.				
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Predmet daje osnovna znanja iz nordijskog hodanja koja su uvjet za lakše praćenje nastave na Izbornom modulu Fitnes.				
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Usvajanje tehnike nordijskog hodanja;- usvajanje metodskih postupaka za obučavanje nordijskog hodanja;- primjena nordijskog hodanja u edukaciji;- primjena nordijskog hodanja u sportu;- primjena nordijskog hodanja u rekreaciji;- primjena nordijskog hodanja u kineziterapiji.				
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata) <ol style="list-style-type: none">1. Povijest nordijskog hodanja i utjecaj na antropološki status2. Kineziološka i biomehanička analiza nordijskog hodanja3. Primjena nordijskog hodanja u edukaciji, sportu, rekreaciji i kineziterapiji Teorijsko praktična predavanja i vježbe (svaka tema se obrađuje 2TPP+2V) <ol style="list-style-type: none">1. Tehnike hodanja u fitnesu (<i>power walking</i>)2. Metodički postupci poučavanja nordijskog hodanja3. Tehnika hodanja po ravnom terenu4. Vježbe za razvoj snage i gibljivosti u nordijskom hodanju5. Programiranje treninga nordijskog hodanja6. Hodanje po brdovitom terenu				
obveze studenata	Sudjelovanje na nastavi je obvezno i o tome se vodi evidencija. Studenti(ice) kategorizirani vrhunski sportaši imaju pravo na izostanke u skladu s odlukom Fakultetskog vijeća. To ih ne oslobađa svih drugih obveza u vezi kolegija. Izostanak zbog bolesti može se opravdati liječničkom potvrdom. U iznimnim slučajevima izostanak s praktičnih predavanja i vježbi može se nadoknaditi dolaskom u drugu grupu – uz prethodnu najavu nastavnicama.				
	pohađanje nastave	25%	0.5	kolokvij	25% 0.5



praćenje rada studenata	praktični ispit	25%	0.5	pismeni ispit	25%	0.5
	ukupno					2.0 ECTS
obvezna literatura	1. Furjan-Mandić, G, Kondrič, M. (2005). Nordijsko hodanje. u: Sekulić, D. (ur.) Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog savjetovanja „Sport, rekreacija, fitness“. Split: Zavod za kineziologiju, Fakulteta prirodoslovno matematičkih znanosti i odgojnih područja, 165-169. 2. Furjan-Mandić, G., Kondrič, M., Medved, V., Kasović, M., Oreb, G. (2005): Trunk and shoulder musculature activity in Nordic Walking using different pole lengths. u: Milanović, D., Prot, F. (ur.) 4th International Scientific Conference on Kinesiology, Opatija, Faculty of kinesiology Zagreb, 845-847.					
dopunska literatura	1. Vdović, M. (2008). Kineziološka analiza nordijskog hodanja. Diplomski rad. Kineziološki fakultet, Zagreb.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



PLANINARSTVO I SPORTSKO REKREACIJSKI PROGRAMI U PRIRODI

(123965)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Drena Trkulja - Petković	
kancelarija		119	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu ponedjeljkom u 10 sati	
e-mail		drena.trkulja-petkovic@kif.hr	
telefon		+38513658719	
vanjski suradnik		Damir Gobec, stručni specijalist trenerske struke	
e-mail		damir.gobec@zg.t-com.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologije	status predmeta	Izborni
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta		bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (S+V) predavaonica + terenska nastava / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 10P + 6S + 14V + terenska nastava + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	do 60
ciljevi predmeta	Osnovni cilj predmeta je usvojiti temeljna teorijska i praktična znanja iz planinarstva i drugih sportsko-rekreacijskih programa u prirodi te načine i specifičnosti primjene istih.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći uvid u kompleksnost planinarstva i sportsko rekreacijskih programa u prirodi te u prednosti i opasnosti boravka u prirodi. Moći će sa sigurnošću organizirati i realizirati veći broj sadržaja i programa primjenjivih u svim područjima kineziologije (rekreaciji, edukaciji, sportu i kineziterapiji) kao i u svakodnevnom životu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- usvojiti temeljna teorijska i praktična znanja iz planinarstva i drugih sportsko rekreacijskih programa u prirodi;- razumjeti ulogu i značaj planinarstva i sportsko-rekreacijske aktivnosti u prirodi kao osnovnih i dopunskih sadržaja u područjima kineziologije;- kreirati planove i programe rada uvažavajući prepreke za sudjelovanje u sportsko-rekreacijskim aktivnostima različitih subpopulacija (djeca i mladi, odrasli, starije osobe, osobe s invaliditetom, djeca s teškoćama u razvoju);- ovladati metodikom primjene različitih planinarskih oblika aktivnosti i sportsko rekreacijskih programa u prirodi;- usvojiti pravila ponašanja čovjeka u prirodi kao i ulogu pojedinca u zaštiti flore, faune i prirodnih rijetkosti.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja <ol style="list-style-type: none">1. Pojam i kratka povijest planinarstva; osobitosti i sistematizacija planinarskih oblika aktivnosti. Planinarska oprema (ljetna i zimska) i njezine karakteristike. (1P)2. Planinarstvo i sportsko rekreacijske aktivnosti u prirodi kao osnovni i dopunski sadržaj u područjima kineziologije (1P)3. Opasnosti u planini (objektivne i subjektivne) i mjere predostrožnosti. Pregled uzroka najčešćih ozljeda u planini (prirodi). (1P)4. Markiranje (označavanje) putova i staza, vrste markacija i tehnike markiranja (1P)5. Sudjelovanje u sportsko-rekreacijskim aktivnostima u prirodi – povijesni pregled i suvremeni trendovi. Individualne, društvene, okolišne i ekonomske dobrobiti vježbanja u prirodi. (1P)		



	<p>6. Prepreke za sudjelovanje u sportsko-rekreacijskim aktivnostima različitih subpopulacija (djeca i mladi, odrasli, starije osobe, osobe s invaliditetom, djeca s teškoćama u razvoju) (2P)</p> <p>7. Boravak u prirodi i ponašanje čovjeka u njoj. Noćenje u planini, planinarski i ostali objekti. Gorska služba spašavanja i „samospašavanje“. (1P)</p> <p>8. Uloga čovjeka (planinara) u zaštiti i očuvanju flore, faune i prirodnih rijetkosti (1P)</p> <p>9. Tehnika i taktika kretanja u planini i prirodi – opći pojmovi i principi; značaj i struktura pripremnih programa za sigurno planinarenje (1P)</p> <p>Teorijsko-praktična predavanja i vježbe</p> <p>1. Metodika primjene različitih sportskih i sportsko-rekreacijskih igara u prirodi (garotke, odbojka na pijesku, indijaka, rukomet na pijesku, speedminton, trim staze, stari sportovi, nogometna odbojka, stolni tenis, viseća kuglana i sl.) (2TPP+4V)</p> <p>2. Metodika primjene složenih i suvremenih programa aktivnosti u prirodi: paint ball, team building, rafting i kajaking (2TPP+4V)</p> <p>3. Metodika primjene alpinizma, izletničkog planinarenja, biciklizma (2TPP+6V)</p>					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi, priprema i provedba seminara u okviru terenske nastave. Podmirenje troškova terenske nastave (500-600 kn).					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	50%	1	praktični rad	15%	0.3
	usmeni ispit	35%	0.7	ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	<p>1. Poljak, Ž. (2004). Zlatna knjiga hrvatskog planinarstva. Zagreb: Planinarski savez Hrvatske.</p> <p>2. Smerke, Z. (1989). Planinarstvo i alpinizam. Zagreb: Planinarski savez Hrvatske.</p> <p>3. Trkulja Petković, D., Širić, V., Vladović, Z. (2012). Uloga i značenje outdoor aktivnosti u intenzifikaciji procesa vježbanja. U: V. Findak (ur.), Zbornik radova 21. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Intenzifikacija procesa vježbanja u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“ (str. 343-349), Poreč: Hrvatski kineziološki savez.</p> <p>4. Trkulja Petković, D., Rastovski, D., Petković, D. (2016). Mjesto i uloga sportsko-rekreacijskih programa u prirodi u razvitku hrvatskog društva. U V. Findak (ur.). Zborniku radova 25. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Kineziologija i područja edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije u razvitku hrvatskog društva“, Poreč 2016. (str. 548-554). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez.</p>					
dopunska literatura	<p>1. Trkulja Petković, D, Gobec, D., Gobec, I. (2018). Precizna orijentacija – dobar primjer rekreativne aktivnosti široke primjenjivosti. U G. Leko (ur.). Zborniku radova 27. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Primjeri dobre prakse u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“, Poreč, 2018. (str. 347-356). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez.</p> <p>2. Čaplar, A. (2011). Planinarski vodič po Hrvatskoj. Zagreb: Mozaik knjiga</p>					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



SAMOOBRANA (123970)

nositelj predmeta	prof. dr. sc. Hvoje Sertić		
kancelarija	155		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	hrvoje.sertic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658755		
nastavnik	doc. dr. sc. Ivan Segedi		
kancelarija	140/1		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	ivan.segedi@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658739		
vanjski suradnik	Kristijan Družeta, struč. spec.cin		
e-mail	kristian.druzeta@gmail.com		
vanjski suradnik	dr. sc. Marijan Jozić		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz Juda.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S+V) dvorana K / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V	očekivani broj studenata na predmetu	do 60
ciljevi predmeta	Apsolviranjem predmeta Samoobrana osposobljava se stručni kadar s posebnim znanjima i sposobnostima karakterističnim za rad u edukaciji (poučavanje elemenata u nastavnim i izvannastavnim aktivnostima u osnovnoj isrednjoj školi), rekreaciji, vojsci i policiji.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Samoobrana studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima karakterističnim za ovaj borilački sport i njegovu primjenu u: - edukaciji – obavezni i izvannastavni sadržaji, - sportu, - rekreaciji, - vojsci, policiji i zaštitarskim službama.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Studenti će biti upoznati s dodatnim sadržajima iz područja samoobrane kao polistrukturalne acikličke aktivnosti koja je osnova današnje izobrazbe za borbu „prsa u prsa“ svake vojske i policije- Steći će dodatna znanja o metodama treninga u samoobrani te modelima programiranja spomenute aktivnosti.- Studenti će steći znanja o transferu različitih sadržaja u integriranu sportsku aktivnost – samoobranu.- Studenti će steći znanja o praktičnoj aplikaciji tehnika iz pojedinih borilačkih sportova.- Studenti će steći znanja o principima i načelima obrane od različitih vrsta napada od naoružanog i nenaoružanog napadača.- Studenti će steći znanja o principima i načinu korištenju različitih vrsta kontranapada u svrhu obrane.- Studenti će steći uvid u načela i principe primjenjene samoobrane.- Studenti će razviti spoznaje o utilitarnosti sadržaja samoobrane u različitim specifičnim situacijama.		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teoretska predavanja (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata) 1. Kineziološka i antropološka analiza samoobrane 2. Osnovne i specifične metode poučavanja i vježbanja tehnike samoobrane 3. Tehničko-taktička, tjelesna, psihološka i teoretska priprema za samoobranu Teoretsko praktična predavanja i vježbe (svaka tema se obrađuje 2TPP + 2V) 1. Principi i načela obrane od napada dugim oružjem (palica) i kontranapad 2. Principi i načela obrane od napada kratkim oružjem (nož, boca i sl.) i kontranapad 3. Principi i načela obrane od napada kratkim vatrenim oružjem 4. Principi i načela obrane primjenom dugog ili kratkog hladnog oružja 5. Svladavanje, vezivanje i sprovođenje izgrednika 6. Strategije i taktike u samoobrani					
obveze studenata	Aktivno praćenje nastave putem bilješki te aktivno vježbanja tijekom praktičnog dijela nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	praktični ispit	50%	1
	usmeni ispit	25%	0.5	ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Kosanović, B. (1988). Samoobrana. Zagreb: RMUP – Hrvatska. 2. Banović, I. (1996). Samoobrana Judo, Split: „Intertekstil – Vukovar“. 3. Sertić, H., Segedi, I. (2013). Judo osnove, Zagreb, Gopal.					
dopunska literatura	1. Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci – knjiga treća. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske. 2. Družeta, K. (2016) Tjelohranitelj – specijalist zaštite šticećenih osoba. Redak. Split					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



SINKRONIZIRANO PLIVANJE (123771)

nositeljica predmeta		prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	
kancelarija		173	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		gordana.furjan-mandic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658773	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz predmeta Plivanje.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S+V) bazen mladost / on-line nastava u susutavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V + terenska nastava + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	do 18
ciljevi predmeta	Upoznati studente s osnovama sporta sinkroniziranog plivanja (kineziološka analiza, antropološka analiza, osnovne figure, osnovne koreografije, biomehaničke karakteristike osnovnih elemenata sinkroniziranog plivanja). Osposobiti studente za samostalno izvođenje osnovnih zaveslaja, položaja, prijelaza, figura i koreografija. Upoznati studente s principima natjecateljske pripreme i organizacije natjecanja.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti znanje sinkroniziranog plivanja kao dodatnu sportsku aktivnost u vodi. Moći objasniti osnove sporta sinkroniziranog plivanja u okviru ostalih vodenih sportova. Primijeniti metode poučavanja početnika u okviru odgojno-obrazovnog sustava i u rekreaciji.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studentice će biti osposobljene da: <ul style="list-style-type: none">- razumiju pravila natjecanja u sinkroniziranom plivanju,- razumiju osnove izvođenja elemenata sinkroniziranog plivanja,- primijene vještinu izvođenja osnovnih položaja u sinkroniziranom plivanju,- primijene vještinu izvođenja osnovnih prijelaza u sinkroniziranom plivanju,- samostalno osmisle jednostavnu koreografiju u sinkroniziranom plivanju,- samostalno i timski prezentiraju koreografiju uz glazbu.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja (svaka se tema obrađuje 1 nastavni sat) <ol style="list-style-type: none">2. Povijest i uvod u sinkronizirano plivanje3. Analiza sporta sinkroniziranog plivanja (kineziološka, antropološka, biomehanička)4. Osnovni položaji i prijelazi u sinkroniziranom plivanju5. Figure i koreografija6. Pravila natjecanja i oprema6. Osnove treninga sinkroniziranog plivanja Teorijsko praktična predavanja i vježbe na bazenu <ol style="list-style-type: none">1. Osnovne sinkro tehnike plivanja, metodski postupci učenja (1TPP)2. Poučavanje bočnog kraula, sinkro kraula, sinkro prsnog plivanja, povezivanje elemenata sinkro tehnika plivanja uz taktiranje (1V)3. Osnovni položaji na leđima i vaterpolo noge, metodski postupci učenja (1TPP)4. Poučavanje osnovnog položaja na leđima, vaterpolo noge, primjena ronjenja u sinkroniziranom plivanju, povezivanje osnovnog položaja na leđima i vaterpolo nogu uz taktiranje (1V)5. Osnovni položaj na prsima i leđima, pogrčeno koljeno i vaterpolo noge bočno, metodski postupak učenja (1TPP)		



	<ol style="list-style-type: none">6. Poučavanje pogrčenog koljena na leđima i prsima, vaterpolo noge bočno, povezivanje osnovnog položaja na leđima i prsima, pogrčenog koljena na leđima i prsima te vaterpolo nogu bočno uz taktiranje (1V)7. Baletna noga, vučeni osnovni položaj na leđima, metodički postupci učenja (1TPP)8. Poučavanje baletne noge desnom i lijevom, vučenog osnovnog položaja na leđima i ponavljanje svih naučenih elemenata u jednu cjelinu (koreografija) (1V)9. Položaj bačvica (tub), položaj flaminga desnom i lijevom nogom, kolut naprijed, kolut nazad, položaj ruku kod vaterpolo nogu; metodički postupak učenja (1TPP)10. Poučavanje položaja bačvice (tub) flaminga desnom i lijevom nogom, koluta naprijed i nazad, položaja ruku kod vaterpolo nogu i povezivanje u jednu cjelinu uz taktiranje (1V)11. Položaj duple baletne noge, izbačaj tijela (boost), metodički postupci učenja (1TPP)12. Vježbanje duple baletne noge, izbačaja tijela (boost), ponavljanje svih naučenih elemenata u jednu cjelinu, vježbanje koreografije uz glazbu (1V)13. Prijelaz – delfinov krug nazad, metodički postupak učenja (1TPP)14. Poučavanje delfinovog kruga nazad, koreografije na suhom i u vodi uz glazbu (1V)15. Figura Kip i ženska (muška) špaga, metodički postupak učenja (1TPP)16. Poučavanje figure Kip i ženske (muške) špage iz osnovnog položaja na leđima, bačvice (tub) i koluta nazad (1/2), dodavanje novo naučenih elemenata u koreografiju uz taktiranje (1V)17. Osnovni prijelazi, metodički postupak učenja (1TPP)18. Poučavanje osnovnih prijelaza: iz osnovnog položaja na leđima prijelaz u bačvicu (tub), okret 360° u položaju bačvice do figure kip; iz osnovnog položaja na leđima do pogrčenog koljena na leđima desnom i lijevom nogom prijelaz u baletnu desnu i lijevu nogu na leđima. Ponavljanje koreografije uz glazbu. (1V)19. Metodički postupci učenja formacija u sinkroniziranom plivanju (linija, krug, kolone) (1TPP)20. Ponavljanje svih naučenih figura, položaja i prijelaza, uvježbavanje koreografije uz glazbu (1V)21. Uvježbavanje koreografije (1V)22. Presentacija koreografije i prikaz naučenog (1V)23. Analiza suđenja natjecanja u figurama (terenska nastava – prisustvovanje natjecanju) (1P)24. Analiza suđenja natjecanja u rutinama (terenska nastava – prisustvovanje natjecanju) (1P)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivan rad na nastavi, sudjelovanje u završnoj koreografiji.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	kolokvij	25%	0.5
	praktični rad	25%	0.5	pismeni ispit	25%	0.5
				ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Gričar, I. (2010). Predavanja u PPT prezentaciji (brošure).2. Volčanšek, D., Vočlanšek, B. (1994). Priručnik za trenere i suce sinkroniziranog plivanja. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.3. Volčanšek, D. (1997). Škola sinkroniziranog plivanja. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Synchronized swimming rules (2009). Lausanne: FINA2. FINA Synchronized Swimming Judges, Training Manual (1998). FINA Permanent Office in Lausanne, Switzerland.					



način praćenja
kvalitete

Anonimna studentska anketa.



SPORTSKA KARIJERA (162569)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Romana Caput Jogunica				
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom				
e-mail		rcaput@agr.hr				
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta		Izborni		
semestar	VIII. - ljetni	godina studija		IV.		
uvjeti za upis predmeta	Nema posebnih uvjeta	bodovna vrijednost		2.0 ECTS		
mjesto izvođenja	(P+S+V) predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u					
način izvođenja nastave	30 sati = 14P + 8S + 8V	očekivani broj studenata na predmetu		do 60		
ciljevi predmeta	Usvojiti znanja o sportskoj karijeri i primijeniti usvojena teorijska znanja u radu sa sportašima					
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja o sportskoj karijeri koja mogu primijeniti u organizacijskim i upravljačkim poslovima (predsjednik, stručni tajnik, voditelj natjecanja), stručnim poslovima (trener, kondicijski trener) i u nastavnom procesu (nastavnik, predavač).					
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će: 1. Definirati sportsku karijeru, 2. Objasniti posebnosti pojedinih faza sportske karijere, 3. Navesti razloge i načine prevencije neplaniranog prekida sportske karijere, 3. Organizirati radionicu za sportaše i roditelje o dual karijeri i planiranju karijere, 4. Objasniti sustav tijela nadležnih za sportsku karijeru, 5. Navesti dokumente kojima je regulirana sportska karijera i 6. Izraditi osobni plan karijere.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja: 1. Uvod u karijeru, planiranje i tranzicije karijere u sportu (2P) 2. Analiza rezultata istraživanja o sportskoj karijeri (2P) 3. Obrazovanje sportaša tijekom i nakon sportske karijere (2P) 4. Vještine i kompetencije u sportskoj karijeri (2P) 5. Uloga trenera i okoline u karijeri sportaša (2P) 6. Priprema za karijeru nakon sportske karijere (2P) 7. Sustav i modeli potpore sportske karijere (2P) Praktične vježbe: 1. Analiza stanja u karijerama sportaša u ekipnim sportovima (1) 2. Analiza stanja u karijerama sportaša individualnih sportova (1) 3. Analiza stanja u karijeri mladog sportaša (1) 4. Analiza stanja u karijeri bivšeg sportaša (1) 5. Organizacija radionice za sportaše u sportskom klubu (2V) 6. Provedba radionice za učenike – studente - sportaše (2V) Seminar: Osobni plan i program rada sa sportašima s obzirom na problematiku i posebnosti pojedinog sporta (4) Plan i program radionice za sportaše i roditelje (4)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, pravovremeno i kvalitetno ispunjavanje zadataka					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	40%	1	seminarski rad	30%	0.5
	praktični rad	30%	0.5	ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Priručnik za karijeru i nakon sportske karijere 2. Nacionalni program razvoja karijere i karijere nakon sportske karijere					



dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. EU Preporuke dual karijere sportaša/EU Guidelines on Dual Career of Athletes (2012) Bijela knjiga o sportu/White Paper on Sport (2007)2. Europski radni plan za sport/ EU Work Plan for Sport 2014-2017
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



SUVREMENI PRISTUP U LIJEČENJU BOLI (162570)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Iris Zavoreo, dr. med. spec. neurolog.	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		iris_zavoreo@yahoo.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Nema posebnih uvjeta	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica (V) dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 12P + 12S + 6V + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	do 60
ciljevi predmeta	Osnovni cilj je provoditi usvajanja specifičnih znanja primjenjujući početnu razinu znanja o mehanizmima nastanka i mogućnostima suvremenog holističkog (multidisciplinarnog) pristupa u liječenju akutne i kronične nemaligne boli. Cilj je usvojiti osnovne pojmove o anatomskim strukturama, fiziološkim mehanizmima nastanka akutne i kronične nemaligne boli, suvremenim mogućnostima holističkog pristupa liječenja boli, kao i poduzimanja različitih preventivnih postupaka koji dovode do poboljšanja općeg zdravstvenog stanja, a samim time i rizika za nastanak boli. Provođenjem nastave kroz vježbe s bolesnicima koji pate od nekog od bolnih sindroma usvajaju se osnovne kompetencije za provođenje stručnih poslova u programu terapije i prevencije boli.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- Spoznati važnost poznavanja osnovnih anatomskih struktura te fizioloških mehanizama koji sudjeluju u akutnoj i kroničnoj nemalignoj boli.- Poticati senzibilizaciju prema osobama koje imaju neki od oblika akutne ili kronične nemaligne boli s obzirom na njihovo smanjeno funkcioniranje na privatnom, socijalnom i društvenom planu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Znanja o specifičnostima i najčešćim stanjima i dijagnozama bolesnika s akutnom i kroničnom nemalignom boli.- Specifična znanja o mogućnostima farmakološkom liječenju akutne i kronične nemaligne boli.- Specifična znanja o metodama fizikalne medicine u liječenju akutne i kronične nemaligne boli.- Specifična znanja o primjeni različitih nefarmakoloških metoda u liječenju akutne i kronične nemaligne boli- Specifična znanja o kineziološkim principima rada u različitim sportsko-rekreacijskih i edukacijsko-rehabilitacijskih aktivnosti osoba s akutnom i kroničnom nemalignom boli, a u svrhu liječenja i prevencije istih.- Spoznaje o problemima i pravima osoba s akutnom i kroničnom nemalignom boli.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja: <ol style="list-style-type: none">1. Upoznavanje s ciljem kolegija, okvirnim programom predmeta te načinom provođenja kolokvija i ispita (1P)2. Upoznati kroz povijest razvoj problematike akutne i kronične nemaligne boli (1P)3. Uvod u anatomiju sustava boli (2P)4. Fiziologija akutne i kronične nemaligne boli (2P)5. Osnovni principi neuroplastičnosti u modulaciji boli (1P)6. Klinički sindromi koji su najčešći uzročnici akutne i kronične nemaligne boli (1P)7. Mogućnosti kliničke procjene i dijagnostike boli. (1P)		



	8. Farmakološke metode u suvremenom pristupu liječenja akutne i kronične nemaligne boli (1P) 9. Nefarmakološke metode u suvremenom pristupu liječenja akutne i kronične nemaligne boli (1P) 10. Pristup bolesniku s akutnom i kroničnom nemalignom boli koji boluje od nekih drugih kroničnih internističkih ili neuroloških bolesti (1P) Seminari: 1. Osnove fizikalnih postupaka koji se primjenjuju u terapiji bolesnika s akutnom i kroničnom nemalignom boli (2 S) 2. Osnove kineziterapijskih postupaka koji se primjenjuju u prevenciji i liječenju bolesnika s akutnom i kroničnom nemalignom boli. (2S) 3. Farmakološke i nefarmakološke metode u liječenju boli. (1S) 4. Dijetske mjere u liječenju i prevenciji akutne i kronične nemaligne boli. (1S) Vježbe: 1. Upoznavanje s bolesnicima i njihovim dijagnozama. (1V) 2. Prikaz fizikalnih postupaka liječenja prilagođenih pojedinom bolnom sindromu. (1V) 3. Prikaz pojedincu prilagođenog kineziterapijskog programa u terapiji i prevenciji boli. (2V) 4. Prikaz planiranja individualno prilagođenih farmakoloških mjera (1V) 5. Prikaz praktične primjene i individualnog pristupa u planiranju ostalih nefarmakoloških postupaka u terapiji i prevenciji boli. (1V)					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	50%	1	praktični rad	25%	0.5
	usmeni ispit	25%	0.5	ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Grbavac Ž. Neurologija. A.G.Matoš,Zagreb, 1997. 2. Demarin V, Trkanjec Z. Neurologija, Medicinska naklada, Zagreb, 2008. 3. Demarin V, Bašić Kes V, Zavoreo I et al: Pobjedimo migrenu i druge glavobolje. Zagreb: Naklada Zadro, 2007 4. Demarin V, Bašić Kes V. i suradnici. Glavobolje i druga bolna stanja. Medicinska naklada, Zagreb,2011. 5. Demarin V, Bašić Kes V. Migrena i poremećaji temporomandibularnog zgloba. U: ValentićPeruzović M. Jerolimov V (ur.). Temporomandibularni poremećaji, multidisciplinarni pristup. Zagreb: Stomatološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Akademija medicinskih znanosti Hrvatske, 2007. 6. Bašić Kes i suradnici. Neuroimunologija, Medicinska naklada, Zagreb, 2015					
dopunska literatura	1. Bašić-Kes V, Zavoreo I, Rotim K, Bornstein N, Rundek T, Demarin V. Ad hoc Committee of the Croatian Society for Neurovascular Disorders; Croatian Medical Association. Recommendations for diabetic polyneuropathy treatment. Acta Clin Croat. 2011. 2. Demarin V, Bašić-Kes V, Zavoreo I, Bosnar-Puretić M, Rotim K, Lupret V, Perić M, Ivanec Z, Fumić L, Lusić I, Aleksić-Shihabis A, Kovac B, Ivanković M, Škobić H, Maslov B, Bornstein N, Niederkorn K, Sinanović O, Rundek T; Ad hoc Committee of the Croatian Society for Neurovascular Disorders; Croatian Medical Association. Recommendations for neuropathic pain treatment. Acta Clin Croat. 2008 Sep;47(3):181-91. 3. Kes VB, Cengić L, Cesarik M, Tomas AJ, Zavoreo I, Matovina LZ, Corić L, Drnasin S, Demarin V. Quality of life in patients with multiple sclerosis. Acta Clin Croat. 2013 Mar;52(1):107-11.					



način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.
-----------------------------	-----------------------------



TENIS (123973)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros	
kancelarija		43	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		petar.barbaros.tudor@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658643	
vanjski suradnik		Zlatan Bilić, mag.cin	
e-mail		zlatan013@yahoo.com	
vanjska suradnica		Anja Benjak, mag.cin	
e-mail		benjakica@yahoo.com	
vanjski suradnik		dr. sc. Dario Novak	
e-mail		dario.novak@kif.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S+V) teniski teren / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V + terenska nastava	očekivani broj studenata na predmetu	do 18
ciljevi predmeta	Unaprijediti teoretsko i praktično znanje studenata iz tenisa. Primjena osnovne i napredne teniske tehnike s naglaskom na primjeni različitih rotacija i teniskih stavova pri izvođenju udaraca kroz aktivnu igru.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Stjecanje naprednih znanja iz područja moderne dijagnostike tenisača na teniskom terenu. Razvoj novih tehnologija proizvodnje teniske opreme i njihov utjecaj na razvoj teniske igre kroz povijest. Utjecaj primjene pojedinih struktura teniskog gibanja u procesu poduke i treninga na izmjene psihosomatskog statusa kod djece, mladeži i odraslih. Biomehanička analiza naprednih elemenata tehnike i njihova praktična poduka. Upoznavanje s varijacijama izvođenja pojedinih osnovnih i specifičnih elemenata tehnike tenisa s posebnim naglaskom na primjeni različitih rotacija i teniskih stavova kroz aktivnu igru (forhend spin, forhend top spin, forhend side spin, bekind spin, bekind top spin, bekind side spin, slice servis, top spin servis, twist servis, vraćanje servisa-return, lob, poluvolej, skraćena lopta, skraćena lopta volejem, stopvolley...). Usvajanje praktičnog znanja o optimalnim metodičkim postupcima prilikom poučavanja naprednih elemenata tehnike tenisa. Strategijska i taktička primjena naprednih elemenata teniske tehnike obzirom na podlogu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu: <ul style="list-style-type: none">- napredne teorijske informacije iz područja dijagnostike i razvoja novih tehnologija u tenisu,- napredna i specifična motorička znanja iz tenisa,- praktično metodičko znanje o primjerenim postupcima poučavanja napredne tehnike kroz igru,- napredna strategijska i taktička znanja iz tenisa (strategija i taktika teniske pripreme i igre s obzirom na vrste podloga: zemljana, betonska i travnata). Navedeno ih osposobljava za: <ul style="list-style-type: none">- osnove planiranja, programiranja i realizacije napredne poduke iz tenisa,- provođenje suvremenih metoda dijagnostike tenisača na terenu,- prenošenje naprednih strategijskih i taktičkih znanja obzirom na vrstu podloge.		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja (svaka se tema obrađuje 1 nastavni sat) <ol style="list-style-type: none">1. Razvoj suremenih sustava proizvodnje reketa i loptica kroz povijest te njihov utjecaj na izmjene u teniskoj igri. Dijagnostika tenisača na teniskom terenu.2. Kineziološka analiza forhend i bekend top spin, slice i side spin udaraca iz bočnog, poluotvorenog i otvorenog stava iz aktivne igre3. Kineziološka analiza slice, top spin i twist servisa Kineziološka analiza vraćanja servisa forhend i bekend udarcem4. Kineziološka analiza izvođenja forhend i bekend voleja te smeša kroz aktivnu igru5. Antropološka analiza teniske igre na različitim podlogama6. Tehničko-taktička primjena udaraca u igri obzirom na podlogu Teorijsko-praktična predavanja (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata) <ol style="list-style-type: none">1. Način poduke i izvođenja forhend udaraca kroz aktivnu igru (sa živom loptom) iz bočnog, poluotvorenog i otvorenog stava. Primjena različitih rotacija iz navedenih stavova kroz igru (top spin, slice, side spin).2. Način poduke i izvođenja bekend udarca kroz aktivnu igru (sa živom loptom) iz bočnog i poluotvorenog stava. Primjena različitih rotacija iz navedenih stavova kroz igru (top spin, slice, side spin)3. Način poduke i izvođenja servis udarca s različitim rotacijama (slice, top spin, twist)4. Način poduke i izvođenja forhend volej udaraca iz aktivne igre5. Način poduke i izvođenja bekend volej udarca iz aktivne igre6. Način poduke i izvođenja smeš udarca iz aktivne igre VJEŽBE (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata) <ol style="list-style-type: none">1. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci forhend udarca kroz aktivnu igru (sa živom loptom) iz bočnog i poluotvorenog stava s naglaskom na primjeni različitih rotacija2. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci bekend udarca kroz aktivnu igru (sa živom loptom) iz bočnog i poluotvorenog stava s naglaskom na primjeni različitih rotacija3. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci servis udarca s različitim rotacijama (slice, top spin, twist)4. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci forhend volej udarca iz igre5. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci bekend volej udarca iz igre6. Metodičke vježbe, njihov redoslijed i postupnost u poduci smeš udarca iz zraka i nakon odskoka u aktivnoj igri					
	obveze studenata	Redovito pohađanje teoretske i praktične nastave, zalaganje i aktivan rad na nastavi.				
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	kolokvij	25%	0.5
	ppismeni ispit	25%	0.5	usmeni ispit	25%	0.5
	ukupno				2.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. DTB (1992). TENIS-od početnika do majstora. Zagreb: Mladinska knjiga. (redigirao: B. Neljak).2. Filipčić, A., Filipčić, T. (2003). Tenis: učenje. Dopolnjena izd. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.3. ITF (2002). Razvoj mladih tenisača. ITF Ltd, Bank Lane, Roehampton, London, England.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Friščić, V. (2004). Tenis bez tajni. Zagreb: Biblioteka TENIS.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



TRIATLON (123780)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Mario Kasović	
kancelarija		184	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		mario.kasovic@kif.hr	
telefon		+38513658718	
vanjski suradnik		Ivan Ivezić, prof.	
e-mail		zrinski.novatec@gmail.com	
vanjski suradnik		Martin Papišta, prof.	
e-mail		papista.martin@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologije	status predmeta	Izborni
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Uvjeti za upis predmeta: svaki student mora imati vlastiti bicikl koji će mu trebati za sudjelovanje u praktičnom dijelu nastave. Ulazne kompetencije: položen ispit iz Atletike hodanja i trčanja i Plivanja.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica (V) predavaonica + terenska nastava / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V + terenska nastava + sudjelovanje na modificiranom natjecanju triatlon	očekivani broj studenata na predmetu	do 60
ciljevi predmeta	<ul style="list-style-type: none">- upoznati studenta s osnovnim karakteristikama triatlona;- korektno svladavanje tehnike pri izvođenju kretnih struktura u sva tri sporta u triatlonu;- usvajanje metodskih postupaka učenja specifične tehnike u sva tri sporta u triatlonu;- upoznati biomehaničke zakonitosti gibanja u sva tri sporta u triatlonu;- usvojiti osnovna teorijska znanja triatlona.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti znanja, vještine i teorijska znanja u svrhu razvoja triatlona kao sporta. Educirati i objasniti važnost kretanja u svakodnevnom životu kroz multistrukturalna gibanja u koja spada i triatlon. Identificirati i analizirati mogućnosti organizacije triatlonskih natjecanja svih razina u svrhu razvoja sportskog turizma. Praktična primjena stečenih znanja i vještina kroz sudjelovanje u prilagođenom obliku triatlonskog natjecanja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- razumjeti ulogu i značaj svake pojedine discipline u triatlonu,- primijeniti stečena znanja i vještine u poučavanju početnika,- analizirati izvedbu pojedinih kretnih struktura,- sudjelovati u organizaciji natjecanja u triatlonu,- samostalno provoditi modificirane oblike natjecanja u triatlonu,- razumjeti pravila i sustav provedbe natjecanja u triatlonu.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	TEORIJSKA PREDAVANJA (svaka se tema obrađuje 1 nastavni sat) <ol style="list-style-type: none">1. Triatlon – općenito2. Biciklizam – općenito		



prema satnici nastave	3. Specifičnosti biciklizma u triatlonu					
	4. Izmjene T1 i T2					
	5. Specifičnosti plivanja i trčanja u triatlonu					
	6. Sredstva oporavka u triatlonu					
	TEORIJSKO-PRAKTIČNA PREDAVANJA (svaka se tema obrađuje 1 nastavni sat)					
	1. Trenažni operatori za razvoj opće aerobne izdržljivosti, brzine i brzinske izdržljivosti u plivanju					
	2. Trenažni operatori za razvoj opće aerobne izdržljivosti, brzine i brzinske izdržljivosti u biciklizmu					
	3. Trenažni operatori za razvoj opće aerobne izdržljivosti, brzine i brzinske izdržljivosti u trčanju					
	4. Trenažni operatori – izmjene T1 i T2					
	5. Trening snage u triatlonu					
	6. Fleksibilnost – stretching u triatlonu					
	7. Periodizacija treninga u triatlonu					
	8. Planiranje trenažnog procesa u triatlonu					
	9. Mentalna priprema – priprema za natjecanje					
	10. Važnost uzimanja hrane i tekućine za vrijeme treninga i natjecanja					
	11. Srčana frekvencija i određivanje opterećenja za svaki pojedini sport u triatlonu					
	12. Različitosti u trenažnom procesu za pojedine vrste triatlona (sprint - olimpijski - dugi triatlon)					
	VJEŽBE (svaka se tema obrađuje 1 nastavni sat)					
	1. Plivanje u grupi u otvorenoj vodi					
	o masovni start iz vode					
	o masovni start s pontona sa skokom (s povišenja)					
	2. Plivanje na orijentire – bove u otvorenoj vodi					
	o pojedinačno					
	o u grupi					
	3. T1 – izlazak iz vode i dolazak u zonu izmjene					
	4. T1 – skok na bicikl i odlazak iz zone izmjene					
	5. T2 – silazak s bicikla i ulazak u zonu izmjene					
	6. T1 + T2 – izmjene					
	7. Bicikl – vožnja u grupi					
	o pojedinačne smjene					
	o paralelne smjene					
	8. Bicikl – tehnika vožnje na uzdici i kroz zavoje					
	9. Trčanje – trčanje nakon bicikla jednolikim tempom 500 m – 2,5 km					
	10. Trčanje varijabilnim tempom 2,5 km					
	11. Super sprint triatlon (250 m plivanje, 6,5 km bicikl, 1,25 km trčanje)					
	12. Sprint triatlon (750 m plivanje, 20 km bicikl, 5 km trčanje)					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.2	praktični kolokvij	30%	0.6
	pismeni ispit	30%	0.6	usmeni ispit	30%	0.6
	ukupno				2.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Friel, J. (2004). The triathletes Bible (2. izd). Velo Press.					



	<ol style="list-style-type: none">2. Dallam, G., Jonas, S. (2008). Championship Triathlon Training. Champaign, IL: Human Kinetics.3. Hobson, W., Campbell, C., Vickers, M. (2001). Swim, bike, run. Champaign IL: Human Kinetics.
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Cecil M. Colwin (1998). Plivanje za 21. stoljeće, Gopal.2. Chambers, K. (2007). ITU Competitive Coaching Course Manual. ITU.3. Evans, M. (1997). Endurance athlete's edge. Champaign IL: Human Kinetics.4. Mierke, K. (2005). Triathlon Training Running. A&C Black Ltd.5. Santos, S. (2008). ITU Competitive Coaching Course, 3 – 10 October, Medulin, 2008.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA VIII. SEMESTRA

Šifra predmeta	PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
123732	Antropološka analiza u hrvanju	izv. prof. dr. sc. Mario Baić	15	15		2.5
123734	Metodika treninga u hrvanju I	izv. prof. dr. sc. Mario Baić	15	15	30	4.5
123735	Antropološka analiza u jedrenju	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	15	15		2.5
123737	Metodika treninga u jedrenju I	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	15	15	30	4.5
162558	Antropološka analiza u kajakaštvu	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	15	15		2.5
162559	Metodika treninga u kajakaštvu I	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	15	15	30	4.5
123886	Metodika kineziološke rekreacije u slobodno vrijeme I	prof. dr. sc. Mirna Andrijašević	30	15	15	4.5
123890	Programiranje u kineziološkoj rekreaciji	prof. dr. sc. Mirna Andrijašević	30			2.5
123894	Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka II	doc. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić	15	15	30	4.0
123983	Odabrana poglavlja zdravstvene psihologije	prof. dr. sc. Renata Barić	15	15		3.0
123854	Antropološka analiza u kondicijskoj pripremi sportaša	doc. dr. sc. Vlatko Vučetić	15	15		2.5
123860	Metodika kondicijske pripreme I	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	15	15	30	4.5
123745	Antropološka analiza u košarci	prof. dr. sc. Damir Knjaz	15	15		2.5
123747	Metodika treninga u košarci I	prof. dr. sc. Damir Knjaz	15	15	30	4.5
123748	Antropološka analiza u nogometu	doc. dr. sc. Valentin Barišić	15	15		2.5
123750	Metodika treninga u nogometu I	doc. dr. sc. Valentin Barišić	15	15	30	4.5
162560	Antropološka analiza u plesu	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	15	15		2.5
162561	Metodika treninga u plesu I	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	15	15	30	4.5
123757	Antropološka analiza u plivanju	doc. dr. sc. Klara Šiljeg	15	15		2.5
123758	Metodika treninga u plivanju I	doc. dr. sc. Klara Šiljeg	15	15	30	4.5
123768	Antropološka analiza u skijanju	izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski	15	15		2.5
123769	Metodika treninga u skijanju I	izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski	15	15	30	4.5
123952	Menadžment u sportskim organizacijama	izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	30	15		4.0
124027	Menadžment u sportu i turizmu	izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	30	15		3.0
ukupno						7 ECTS



HRVANJE – antropološka analiza u hrvanju (123732)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Mario Baić	
kancelarija		136	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		mario.baic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658736	
suradnik		dr. sc. Damir Pekas	
kancelarija		137	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		damir.pekas@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658737	
vanjski suradnik		Tomislav Mičuda mag.cin.	
e-mail		tomislav.micuda@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		dr. sc. Kristijan Slačanac, predavač	
e-mail		kristijan.slacanac@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Hrvanje s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	2.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S) dvorana A / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S	broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Antropološka analiza hrvanja ima cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za antropološke karakteristike različitih načina hrvanja (klasičnim, slobodnim i grappling načinom) tj. za važnost antropoloških karakteristika i sposobnosti u hrvanju (edukacija, natjecateljsko hrvanje, ostali sportovi u kojima hrvanje ima primjenu te vojska i policija).		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Antropološka analiza u hrvanju studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima potrebnim za definiranje važnosti antropoloških sposobnosti i karakteristika u: - hrvanju u edukaciji – obavezni i izvannastavni sadržaji, - natjecateljskim hrvačkim sportovima, - radu sa specifičnim populacijama (sportaši u ostalim sportovima u kojima hrvanje ima svoju primjenu, vojska i policija).		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: - antropološkim karakteristikama hrvača različite dobi i kvalitete; - utjecaju različitih antropoloških obilježja (jednadžba specifikacije) na uspješnost u hrvačkoj borbi; - psihološkim karakteristikama hrvača te utjecaju psihološke i sociološke komponente na rezultat u hrvačkoj borbi; - međusobnoj povezanosti antropoloških sposobnosti i karakteristika; - strukturi i relaciji karakteristika, sposobnosti i osobina; - modelnim vrijednostima vrhunskih hrvača;		



	<ul style="list-style-type: none">- utjecaju hrvanja na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja mlađih dobnih kategorija;- taksonomskoj analizi skupina hrvača na temelju bazičnih, specifičnih i situacijskih pokazatelja treniranosti;- analizi i homogenizaciji odnosa unutar sportske skupine koja čini sportsku hrvačku ekipu. <p>Studenti se upoznaju s tehničkim karakteristikama i načinu upotrebe uređaja za registraciju i prezentaciju pojedinih dijelova i cjeline motoričkih struktura u hrvanju.</p>					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari <ol style="list-style-type: none">1. Antropološke karakteristike hrvača različite dobi i kvalitete (1P+1S)2. Utjecaj različitih antropoloških obilježja (jednadžba specifikacije) na uspješnost u hrvačkoj borbi. Modelne karakteristike treniranosti u hrvanju. (1P+1S)3. Utvrđivanje antropometrijskih, funkcionalnih, motoričkih, kognitivnih i konativnih obilježja hrvača (1P+1S)4. Psihološke karakteristike hrvača te analiza utjecaja psihološke i sociološke komponente na rezultat u hrvačkoj borbi (1P+1S)5. Međusobna povezanost antropoloških karakteristika (1P+1S)6. Struktura i relacije karakteristika, sposobnosti i osobina (1P+1S)7. Modalne karakteristike vrhunskih hrvača različitih dobnih i težinskih kategorija. Usmjeravanje i izbor potencijalnih vrhunskih hrvača u hrvanje. (1P+1S)8. Specifična antropološka obilježja hrvača različitih težinskih kategorija (1P+1S)9. Upoznavanje sa specifičnim testovima za ocjenu stanja treniranosti (1P+1S)10. Suradnja stručnog tima (liječnik, kineziolog, psiholog, sociolog) u procjeni i vrednovanju treniranosti u hrvanju (1P+1S)11. Uspoređivanje izmjerenih antropoloških karakteristika s modelnim vrijednostima vrhunskih hrvača (1S)12. Utjecaj hrvanja na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja mlađih dobnih kategorija (1P+1S)13. Utvrđivanje hipotetske jednadžbe specifikacije u hrvanju. (1P)14. Razlike u utjecaju sposobnosti i karakteristika u hrvačkoj borbi kod hrvača različitih težinskih kategorija (1S)15. Taksonomska analiza (određivanje tipova) skupina hrvača na temelju bazičnih, specifičnih i situacijskih pokazatelja treniranosti (1P+1S)16. Analiza odnosa unutar sportske skupine koja čini sportsku hrvačku ekipu. Homogenizacija sportske ekipe. (1S)17. Tehničke karakteristike i način upotrebe uređaja za registraciju i prezentaciju pojedinih dijelova i cjeline motoričkih struktura u hrvanju (1P)					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje i aktivnost na nastavi	20%	1			
	Seminarski rad	40%	1	usmeni ispit	40%	1
		ukupno		2.5 ECTS		
obvezna literatura	14. Marić, J., Baić, M., Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima. 15. Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb: Sportska tribina. 16. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.					
dopunska literatura	1. Cvetković, Č., Marić, J., Marelić, N. (2005). Technical efficiency of wrestlers in relation to some anthropometric and motor variables. Kinesiology, 37 (1), 74-83. 2. Cvetković, Č., Sertić, H., Marić, J., Pekas, D., Baić, M. (2004). Razlike između djece hrvača i nesportaša dobi od 11 godina u nekim antropološkim obilježjima. u: Prskalo, I.					



	<p>(ur.), Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa Peti dani Mate Demarina „Škola i razvoj“, Topusko, 13. i 14. svibnja 2004. Petrinja: Visoka učiteljska škola; Zagreb: Hrvatski pedagoško-književni zbor, 172-176.</p> <ol style="list-style-type: none">3. Yoon (2002). Physiological Profiles of Elite Senior Wrestlers Sports Medicine, Volume 32, 225-234.4. Kraemer, W. J., Fry, A. C., Rubin, M. R., McBride, T. T., Gordon, S. E., Koziris, L. P., Lynch, J. M., Volek, J. S., Meuffels, D. E., Newton, R. U., Fleck, S. J. (2001). Physiological and Performance Responses to Tournament Wrestling. Med. Sci. Sports. Exerc., 33 (8): 1367-1378.5. Petrov, R., Dobrev, D., Berberov, N., Makaveev, O. (1977). Svobodna i klasičeska borba. Sofija: Medicina i fizkultura. (prijevod na hrvatski s bugarskog)
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



HRVANJE – metodika treninga u hrvanju I (123734)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Mario Baić	
kancelarija		136	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		mario.baic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658736	
suradnik		dr. sc. Damir Pekas	
kancelarija		137	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		damir.pekas@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658737	
vanjski suradnik		Tomislav Mičuda mag.cin.	
e-mail		tomislav.micuda@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		dr. sc. Kristijan Slačanac, predavač	
e-mail		kristijan.slacanac@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Hrvanje s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S+V) dvorana A / on-line nastava u sustavu Melin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V	broj studenata na predmetu	5
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Metodika treninga u hrvanju 1 ima cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za metodiku kondicijske pripreme u hrvanju (klasičnim, slobodnim i grappling načinom).		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Metodika treninga u hrvanju 1 studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima potrebnim za definiranje važnosti metodike kondicijske pripreme u: <ul style="list-style-type: none">- hrvanju u edukaciji – obavezni i izvannastavni sadržaji,- natjecateljskim hrvačkim sportovima,- radu sa specifičnim populacijama (sportaši u ostalim sportovima u kojima hrvanje ima svoju primjenu, vojska i policija).		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: <ul style="list-style-type: none">- zakonitostima kondicijske pripreme hrvača u pojedinim fazama njihovog sportskog razvoja;- klasifikaciji metoda kondicijske pripreme s obzirom na režim trenažnog rada i opterećenje;- zakonitostima kondicijske pripreme hrvača u pojedinim fazama njihovog sportskog razvoja;- metodičkim postupcima za razvoj i održavanje kondicijskih sposobnosti u hrvanju;- izboru i primjeni lokaliteta i trenažnih pomagala;- primjeni novih tehnologija kondicijske pripreme u svakodnevnoj praksi.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Teorijska predavanja, teorijsko-praktična predavanja/seminari i vježbe		



prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none">1. Klasifikacija metoda kondicijske pripreme s obzirom na režim trenažnog rada: specifičnosti kontinuiranog i intervalnog treninga u hrvanju (1P+1S)2. Klasifikacija metoda s obzirom na opterećenje: specifičnosti standardnih, varijabilnih i prepokrivajućih opterećenja u hrvanju (1P+1S)3. Zakonitosti kondicijske pripreme hrvača u pojedinim fazama njihovog sportskog razvoja. Metodički postupci kondicijske pripreme u skladu sa senzibilnim fazama razvoja hrvača. (1P+2V+1S)4. Metodički postupci za razvoj i održavanje kondicijskih sposobnosti u hrvanju: bazična, specifična i situacijska funkcionalno motorička priprema. (3P+6V+3S)5. Posebnosti metodike razvoja motoričkih i funkcionalnih sposobnosti u hrvanju (2P+4V+2S)6. Struktura, analiza i učenje specifičnih i situacijskih kondicijskih vježbi (2P+4V+2S)7. Posebnosti u određivanju metodičkih formi i oblika kondicijskog treninga u hrvanju (1P+4V+1S)8. Izbor i primjena lokaliteta i trenažnih pomagala (1P+4V+1S)9. Izbor vježbi, metoda i opterećenja situacijskog kondicijskog treninga (2P+4V+2S)10. Primjena novih tehnologija kondicijske pripreme u svakodnevnoj praksi (1P+2V+1S)					
obveze studenata	30 sati prakse u okviru nastavnog procesa Kineziološkog fakulteta i hrvačkog kluba. Studenti su obavezni sudjelovati u pisanju seminarskih radova vezanih za metodiku kondicijskog treninga u hrvanju.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	11%	0.5	kolokvij	11%	0.5
	seminarski rad	11%	0.5	usmeni ispit	22%	1
	sudjelovanje na izvannastavnim projektima	11%	0.5	praktični ispit	34%	1.5
	ukupno				4.5 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">4. Marić, J., Baić, M., Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima.5. Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.6. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Baić, M. (2006). Razlike između vrhunskih poljskih i hrvatskih hrvača različitih stilova, dobi i težinskih skupina u prostoru varijabli za procjenu kondicijske pripremljenosti. (Doktorska disertacija). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.2. Marić, J., Baić, M., Aračić, M. (2003). Kondicijska priprema hrvača. u: Milanović, D., Jukić, I. (ur.) Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa „Kondicijska priprema sportaša“ u sklopu 12. zagrebačkog sajma sporta i nautike, Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu; Zagrebački športski savez, 339-346.3. Marić, J., Baić, M., Kuklidis, H. (2003). Funkcionalna usmjerenost specifičnih trenažnih zadataka hrvača. u: Milanović, D., Jukić, I. (ur) Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa „Kondicijska priprema sportaša“, Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez, 347-351.4. Baić, M., Marić, J., Valentić, M. (2004). Bazične i specifične hrvačke vježbe u parovima za razvoj snage i fleksibilnosti trupa. Kondicijski trening 2 (2), Zagreb: Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 34-43.5. Petrov, R., Dobrev, D., Berberov, N., Makaveev, O. (1977). Svobodna i klasičeska borba. Sofija: Medicina i fizkultura, (prijevod s bugarskog na hrvatski)					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



JEDRENJE – antropološka analiza u jedrenju (123735)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	
kancelarija		140/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		nikola.prlenda@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658703	
vanjski suradnik		Vladetić Mladen mag.cin.	
e-mail		mladenvladetic@gmail.com	
vanjski suradnik		Kliba Dario prof.	
e-mail		dario.kliba@gmail.com	
vanjski suradnik		David Hrabrić mag.cin.	
e-mail		david.hrabric@yahoo.com	
vanjski suradnik		Špoljarić Zoran mag.cin.	
e-mail		zoranspoljaric86@gmail.com	
vanjski suradnik		Slatki Dino mag.cin.	
e-mail		slatki.dino@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Sportovi na vodi s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	2.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica + terenska nastava / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S + vježbe + samostalni zadaci + mentorski rad + terenska nastava	broj studenata na predmetu	26
ciljevi predmeta	Ponuditi studentima temeljna teorijska i praktična znanja o morfološkim, funkcionalnim, motoričkim, psihološkim, sociološkim i zdravstvenim obilježjima jedriličara, relevantnim u jedriličarskoj uspješnosti te ih osposobiti za anлізу, dijagnostiku i vrednovnje nabrojjenih antropoloških obilježja u području edukacije, rekreacije i agonistike.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Nakon položenog predmeta Antropološka analiza u jedrenju studenti će uspješno moći prepoznati, definirati i pojedina antropološka obilježja relevantna u jedriličarskoj uspješnosti sukladno odrednicama pojedinih klasa.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U okviru izbornog modula Jedrenje, kroz predmet Antropološka analiza studenti će steći znanja o: - morfološkim obilježjima relevantnim u jedriličarskoj uspješnosti na edukacijskoj, rekreacijskoj i agonističkoj razini (jednosjed, dvosjed, višesjed); - funkcionalnim sposobnostima relevantnim u jedriličarskoj uspješnosti na edukacijskoj, rekreacijskoj i agonističkoj razini (jednosjed, dvosjed, višesjed); - motoričkim sposobnostima relevantnim u jedriličarskoj uspješnosti na edukacijskoj, rekreacijskoj i agonističkoj razini (jednosjed, dvosjed, višesjed); - psihosociološkim obilježjima relevantnim u jedriličarskoj uspješnosti na edukacijskoj, rekreacijskoj i agonističkoj razini (jednosjed, dvosjed, višesjed);		



	- aplikacijskim vrijedostima jedrenja sa zdravstvenog aspekta u svim manifestacijskim oblicima.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja <ol style="list-style-type: none">1. Antropološka obilježja i njihov značaj za uspješnost u jedrenju (po klasama i vrstama regata) i različitim razinama kvalitete (2P)2. Modelne karakteristike vrhunskih jedriličara i jedriličara rekreativaca u morfološkom prostoru (2P)3. Modelne karakteristike vrhunskih jedriličara i jedriličara rekreativaca u motoričkom prostoru (2P)4. Modelne karakteristike vrhunskih jedriličara i jedriličara rekreativaca u prostoru funkcionalnih sposobnosti (2P)5. Modelne karakteristike vrhunskih jedriličara i jedriličara rekreativaca u prostoru kognitivnih i konativnih obilježja (2P)6. Jednadžba specifikacije uspjeha u jedrenju (2P)7. Ocjena stanja treniranosti i procjena razvoja antropoloških karakteristika (3P) Vježbe <ol style="list-style-type: none">1. Dijagnostika i analiza morfoloških obilježja jedriličara i jedriličarki različitih dobnih kategorija i razina natjecanja (4V)2. Dijagnostika i analiza funkcionalnih sposobnosti jedriličara i jedriličarki različitih dobnih kategorija i razina natjecanja (4V)3. Dijagnostika i analiza motoričkih sposobnosti jedriličara i jedriličarki različitih dobnih kategorija i razina natjecanja (4V)4. Dijagnostika i analiza kognitivnih sposobnosti jedriličara i jedriličarki različitih dobnih kategorija i razina natjecanja (1V)5. Dijagnostika i analiza konativnih obilježja jedriličara natjecatelja različitih dobnih kategorija i razina natjecanja (1V)6. Uloga liječničko-kineziološkog tima u jedrenju (1V)					
obveze studenata	Pohađanje svih oblika nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	20%	0.5	pismeni ispit	20%	0.5
	seminarski rad	30%	0.5	usmeni ispit	40%	1
	ukupno				2.5 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Prlenda, N. (2019). Jedrenje i jedrenje na dasci. Nastavni materijal2. Bond, B. (1980). Sve o jedrenju. Zagreb: Mladost.3. ISAF/HJS. (2016-2020). Pravila jedriličarskih natjecanja. Regatna pravila4. Dedekam, I. (2004). Trimanje jedara i jarbola. Zagreb: Fabra5. Vitaljić, S. (2005). Biti brži. Zagreb6. Driscoll, J. (2003). Jedrenje. Rijeka: Dušević & Kršovnik d.o.o.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. http://www.sailing.org/classesandequipment/olympic/index.php2. http://www.hjs.hr/3. Conner, D. & Levitt, M.(1997). Naučite jedriti. Zagreb: Gandalf d.o.o.4. Tomašević, E. (2007). Jedrenje - Mornarske vještine. Split: Pajet d.o.o.5. Sleight, S. (2004). Priručnik za jedrenje. Zagreb: Znanje d.d.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



JEDRENJE – metodika treninga u jedrenju I (123737)

nositelj predmeta	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda		
kancelarija	140/2		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	nikola.prlenda@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658703		
vanjski suradnik	Vladetić Mladen mag.cin.		
e-mail	mladenvladetic@gmail.com		
vanjski suradnik	Kliba Dario prof.		
e-mail	dario.kliba@gmail.com		
vanjski suradnik	David Hrabrić mag.cin.		
e-mail	david.hrabric@yahoo.com		
vanjski suradnik	Špoljarić Zoran mag.cin.		
e-mail	zoranspoljaric86@gmail.com		
vanjski suradnik	Slatki Dino mag.cin.		
e-mail	slatki.dino@gmail.com		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Sportovi na vodi s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S+V) terenska nastava / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V + samostalni zadaci + mentorski rad + terenska nastava	broj studenata na predmetu	26
ciljevi predmeta	Ponuditi studentima temeljna teorijska i praktična znanja o metodama poduke, učenja i treniranja jedriličara i jedriličarki na svim razinama natjecanja, jedriličarskim klasama i mlađem uzrastu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	U okviru izbornog modula Jedrenje i tijekom predmeta Metodika treninga u jedrenju 1, studenti će steći znanja o odgovarajućim metodama poduke, učenja i treniranja te didaktičkim principima što će im omogućiti kvalitetno vođenje pedagoškog procesa i treninga. Spoznajama o elementima jedriličarske tehnike s obzirom na jedriličarske klase i vrste regata, studenti će moći vrednovati trenažnu učinkovitost kako postupaka tako i trenažnih pomagala.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Kroz predmet Metodika treninga u jedrenju 1 studenti će steći znanja o: <ul style="list-style-type: none">- tehničko-taktičkim zahtjevima jedrenja po klasama u mlađem uzrastu;- karakteristikama, metodičkim postupcima za razvoj i održavanje specifičnih kondicijskih sposobnosti i učenje tehničko-taktičkih zahtjevnosti;- osnovama planiranja i programiranja treninga jedriličara i jedriličarki različite kvalitete;- odgovarajućim metodama za kontrolu postignutih učinaka treninga i natjecateljskih postignuća;- osposobljenosti za uspješan rad sa selektiranim skupinama jedriličara i jedriličarki mlađe dobi.		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja					
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tendencije razvoja jedriličarskog sporta, modelne karakteristike jedriličara po klasama (1P) 2. Metode usmjeravanja, izbora i selekcije jedriličara (faza do 14 godina) (2P) 3. Metode podučavanja i usavršavanja elemenata tehnike unutar regatnih faza: start, privjetrinska plutača, polukrmene i krmene plutače i cilj (2P) 4. Metode učenja i usavršavanja individualne (jednosjedi) i grupne (višesjedi) taktike u fazama starta, privjetrinske, polukrmene i krmene dionice i cilja (4P) 5. Metode razvoja motoričko-funkcionalnih sposobnosti (2P) 6. Metode razvoja bazične izdržljivosti jedriličara (aerobna) (2P) 7. Metode razvoja specifične izdržljivosti aerobno-anaerobnog tipa (2P) 					
	Seminari					
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Metode i metodski oblici razvoja koordinacije mlađih jedriličara i jedriličarki (2S) 2. Metode i metodski oblici razvoja snage (eksplozivne, repetitivne, statičke) mlađih jedriličara i jedriličarki (3S) 3. Metode i metodski oblici razvoja ravnoteže mlađih jedriličara i jedriličarki (2S) 4. Metode i metodski oblici razvoja agilnosti mlađih jedriličara i jedriličarki (2S) 5. Metode i metodski oblici razvoja izdržljivosti mlađih jedriličara i jedriličarki (3S) 6. Metode i metodski oblici razvoja specifične izdržljivosti aerobno-anaerobnog tipa mlađih jedriličara i jedriličarki (3S) 					
	Vježbe					
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Metodike vježbe poduke i učenja elemenata tehnike jedrenja u jednosjedu (2V) 2. Metodike vježbe poduke i učenja prihvaćanja i letanja u jednosjedu (2V) 3. Metodike vježbe poduke i učenja otpadanja i kruženja u jednosjedu (2V) 4. Redosljed poduke tehničko-taktičkih elemenata u jedriličarskom jednosjedu za mlađe dobne skupine (2V) 5. Metodike vježbe poduke i učenja tehničko-taktičkih elemenata u „Orebovom poligonu plutača“ u jednosjedu (2V) 6. Metodike vježbe poduke i učenja tehničko-taktičkih elemenata u „olimpijskom trokutu“ u jednosjedu (4V) 7. Metodike vježbe poduke i učenja elemenata tehnike jedrenja u dvosjedu (2V) 8. Metodike vježbe poduke i učenja prihvaćanja i letanja u dvosjedu (2V) 9. Metodike vježbe poduke i učenja otpadanja i kruženja u dvosjedu (2V) 10. Metodike vježbe poduke i učenja tehnike jedrenja s „genakerom“ u dvosjedu (2V) 11. Redosljed poduke tehničko-taktičkih elemenata u jedriličarskom dvosjedu za mlađe dobne skupine (2V) 12. Metodike vježbe poduke i učenja tehničko-taktičkih elemenata u „Orebovom poligonu plutača“ u dvosjedu (2V) 13. Metodike vježbe poduke i učenja tehničko-taktičkih elemenata u „olimpijskom trokutu“ u dvosjedu (4V) 					
obveze studenata	Pohađanje svih oblika nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	33%	1.5	pismeni ispit	22.5%	1
	seminarski rad	11.5%	0.5	usmeni ispit	33%	1.5
	ukupno					4.5 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Prlenda, N. (2019). Jedrenje i jedrenje na dasci. Nastavni materijal 2. Bond, B. (1980). Sve o jedrenju. Zagreb: Mladost. 3. ISAF/HJS. (2016-2020). Pravila jedriličarskih natjecanja. Regatna pravila 4. Dedekam, I. (2004). Trimanje jedara i jarbola. Zagreb: Fabra 					



	<p>5. Vitaljić, S. (2005). Biti brži. Zagreb</p> <p>6. Driscoll, J. (2003). Jedrenje. Rijeka: Dušević & Kršovnik d.o.o.</p>
dopunska literatura	<p>1. http://www.sailing.org/classesandequipment/olympic/index.php</p> <p>2. http://www.hjs.hr/</p> <p>3. Conner, D. & Levitt, M.(1997). Naučite jedriti. Zagreb: Gandalf d.o.o.</p> <p>4. Tomašević, E. (2007). Jedrenje - Mornarske vještine. Split: Pajet d.o.o.</p> <p>5. Sleight, S. (2004). Priručnik za jedrenje. Zagreb: Znanje d.d.</p>
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



KAJAKAŠTVO – antropološka analiza u kajakaštvu (162558)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	
kancelarija		140/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		nikola.prlenda@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658703	
vanjski suradnik		Bolčević Filip mag.cin.	
e-mail		filip.bolcevic@gmail.com	
vanjski suradnik		Crnković Tomislav univ.bacc.cin.	
e-mail		tomislavcanoe@yahoo.com	
vanjski suradnik		Kajfež Ivor mag.cin.	
e-mail		ivor.kajfez@gmail.com	
vanjski suradnik		Mirković Luka mag.cin.	
e-mail		luka.mirk@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Sportovi na vodi s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	2.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica + terenska nastava / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S + vježbe + samostalni zadaci + mentorski rad + terenska nastava	broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Antropološka analiza u kajakaštvu ima za cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za antropološke karakteristike tj. važnosti antropoloških karakteristika i sposobnosti u kajakaštvu (natjecateljskom, rekreativnom i edukativnom)		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Antropološka analiza u Kajakaštvu studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje važnosti antropoloških karakteristika i sposobnosti u svim fazama bavljenja kajakaštvom (edukacija i vrhunski sport) kao i bavljenjem kajakaštvom u svrhu rekreacije.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U okviru izbornog modula Kajakaštvo, kroz predmet Antropološka analiza studenti će steći znanja o: <ul style="list-style-type: none">• antropološkim karakteristikama kajakaša različite spola, dobi i kvalitete.• utjecaju različitih antropoloških obilježja (jednadžba specifikacije) na uspješnost u kajakaštvu.• psihološkim karakteristikama kajakaša te utjecaju psihološke i sociološke komponente na postizanju rezultata u kajakaštvu.• međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i sposobnosti.• međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i specifičnih motoričkih znanja• strukturi i relaciji karakteristika, sposobnosti, osobina i znanja.• modalnim vrijednostima vrhunskih kajakaša.		



	<ul style="list-style-type: none">• utjecaju sporta na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja u različitim dobnim skupinama kajakaša natjecatelja i rekreativaca.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	PREDAVANJA (15 sati) <ul style="list-style-type: none">• Specifične sposobnosti i znanja kajakaša – 2 sata• Specifične antropološke karakteristike kajakaša različitog spola, dobi i kvalitete – 2 sata• Utjecaj različitih antropoloških obilježja na uspješnost u kajakaštvu (jednadžba specifikacije) – 1 sat• Modelne karakteristike treniranosti u kajakaštvu – 1 sat• Povezanost antropometrijskih obilježja kajakaša sa uspješnošću u kajakaštvu – 2 sata• Povezanost funkcionalnih obilježja kajakaša sa uspješnošću u kajakaštvu – 1 sat• Povezanost motoričkih sposobnosti kajakaša sa uspješnošću u kajakaštvu – 1 sat• Povezanost kognitivnih sposobnosti i konativnih obilježja kajakaša sa uspješnošću u kajakaštvu – 1 sat• Sociološke komponente u kajakaštvu – 1 sat• Upoznavanje sa specifičnim testovima za procjenu stanja treniranosti – 1 sat• Suradnja stručnog tima (trener - kineziolog, psiholog, sociolog, liječnik) u procjeni i vrednovanju treniranosti u kajakaštvu – 1 sat Utjecaj sporta na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja mlađih dobnih kategorija – 1 sat VJEŽBE (15 sati) <ul style="list-style-type: none">• Specifične sposobnosti i znanja kajakaša – 2 sata• Specifične antropološke karakteristike kajakaša različitog spola, dobi i kvalitete – 1 sat• Utjecaj različitih antropoloških obilježja na uspješnost u kajakaštvu (jednadžba specifikacije) – 1 sat• Modelne karakteristike treniranosti u kajakaštvu – 2 sata• Povezanost antropometrijskih obilježja kajakaša sa uspješnošću u kajakaštvu – 1 sat• Povezanost funkcionalnih obilježja kajakaša sa uspješnošću u kajakaštvu – 1 sat• Povezanost motoričkih sposobnosti kajakaša sa uspješnošću u kajakaštvu – 1 sat• Povezanost kognitivnih sposobnosti i konativnih obilježja kajakaša sa uspješnošću u kajakaštvu – 1 sat• Sociološke komponente u kajakaštvu – 1 sat• Upoznavanje sa specifičnim testovima za procjenu stanja treniranosti – 1 sat• Suradnja stručnog tima (trener - kineziolog, psiholog, sociolog, liječnik) u procjeni i vrednovanju treniranosti u kajakaštvu – 1 sat• Utjecaj sporta na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja mlađih dobnih kategorija – 2 sata					
	obveze studenata	Pohađanje svih oblika nastave				
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	20%	0.5	praktični ispit	40%	1
	seminarski rad	20%	0.5	usmeni ispit	20%	1
	ukupno				2.5 ECTS	
obvezna literatura	1. S.Dillon, P. & Oyen, J.(2009). Kayaking. USA: American Canoe Association					
dopunska literatura						
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KAJAKAŠTVO – metodika treninga u kajakaštvu I (1162559)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	
kancelarija		140/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		nikola.prlenda@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658703	
vanjski suradnik		Bolčević Filip mag.cin.	
e-mail		filip.bolcevic@gmail.com	
vanjski suradnik		Crnković Tomislav univ.bacc.cin.	
e-mail		tomislavcanoe@yahoo.com	
vanjski suradnik		Kajfež Ivor mag.cin.	
e-mail		ivor.kajfez@gmail.com	
vanjski suradnik		Mirković Luka mag.cin.	
e-mail		luka.mirk@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Sportovi na vodi s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S+V) terenska nastava / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V + samostalni zadaci + mentorski rad + terenska nastava	broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Podati studentima temeljna teorijska i praktična znanja o metodama poduke, učenja i treniranja kajakaša i kajakašica na svim razinama natjecanja, klasama i mlađem uzrastu		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	U okviru izbornog modula Kajakaštvo, kroz predmet Metodika treninga u Kajakaštvu 1., studenti će steći znanja o odgovarajućim metodama poduke, učenja i treniranja te didaktičkim principima, što će im omogućiti kvalitetno vođenje pedagoškog procesa i treninga. Spoznajama o elementima tehnike kajakaštva obzirom na discipline i vrste regata, studenti će biti u mogućnosti vrednovati trenažnu učinkovitost kako postupaka tako i trenažnih pomagala.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Kroz predmet Metodika treninga u kajakaštvu 1. studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">• primijeniti teorijska i praktična znanja o metodama poučavanja i uvježbavanja tehničko-taktičkih elemenata• diferencirano primijeniti različite metode davanja informacija s obzirom na mogućnosti sudionika u natjecateljskom i rekreativnom kajakaštvu• diferencirano primijeniti različite metode svladavanja motoričkih zadataka uporabom analitičke, sintetičke, situacijske, ideomotoričke ili kombinirane metode poučavanja kajakaške tehnike• analizirati i vrednovati razinu motoričke izvedbe• utvrditi postojanje motoričkih pogrešaka• izabrati metodičke postupke za ispravljanje motoričkih pogrešaka• utvrditi završnu razinu uspješnosti izvedbe tehničkog ili tehničko-taktičkog elementa		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	PREDAVANJA - 15 sati <ul style="list-style-type: none">• Tehnika i tehnička pripremljenost u kajakaštvu – 2 sata• Taktika i taktička pripremljenost u kajakaštvu – 2 sata• Teorijske osnove učenja i poučavanja u kajakaštvu – 1 sat• Osnovni pedagoški i didaktički principi u tehničko-taktičkom treningu kajakaša – 1 sat• Osnovni metodički principi u tehničko-taktičkom treningu kajakaša – 1 sat• Organizacijske i metodičke forme tehničko-taktičkog treninga kajakaša – 1 sat• Lokaliteti, oprema i pomagala za tehničko-taktički trening u kajakaštvu – 1 sat• Organizacijski oblici u tehničko-taktičkoj pripremi sportaša u kajakaštvu – 1 sat• Klasifikacija metoda poučavanja za stjecanje motoričkih znanja u kajakaštvu – 1 sat• Specifični metodski postupci za poučavanje tehnike u kajakaštvu – 1 sat• Faze učenja i poučavanja tehničkih elemenata u kajakaštvu – 2 sata• Početno poučavanje tehničkih elemenata u kajakaštvu – 1 sat					
	SEMINARI - 15 sati <ul style="list-style-type: none">• Metode i metodski oblici razvoja koordinacije mlađih kajakaša; - 2 sata• Metode i metodski oblici razvoja snage (eksplozivne, repetitivne, statičke) mlađih kajakaša; - 3 sata• Metode i metodski oblici razvoja ravnoteže mlađih kajakaša; - 2 sata• Metode i metodski oblici razvoja agilnosti mlađih kajakaša; - 2 sata• Metode i metodski oblici razvoja izdržljivosti mlađih kajakaša; - 3 sata• Metode i metodski oblici razvoja specifične izdržljivosti aerobno-anaerobnog tip kajakaša; - 3 sata					
VJEŽBE - 30 sati <ul style="list-style-type: none">• Tehnika i tehnička pripremljenost u kajakaštvu - 4 sata• Taktika i taktička pripremljenost u kajakaštvu - 4 sata• Teorijske osnove učenja i poučavanja u kajakaštvu - 2 sata• Osnovni pedagoški i didaktički principi u tehničko-taktičkom treningu kajakaša - 2 sata• Osnovni metodički principi u tehničko-taktičkom treningu kajakaša - 2 sata• Organizacijske i metodičke forme tehničko-taktičkog treninga kajakaša - 2 sata• Lokaliteti, oprema i pomagala za tehničko-taktički trening u kajakaštvu - 2 sata• Organizacijski oblici u tehničko-taktičkoj pripremi sportaša u kajakaštvu - 2 sata• Klasifikacija metoda poučavanja za stjecanje motoričkih znanja u kajakaštvu - 2 sata• Specifični metodski postupci za poučavanje tehnike u kajakaštvu - 2 sata• Faze učenja i poučavanja tehničkih elemenata u kajakaštvu - 4 sata• Početno poučavanje tehničkih elemenata u kajakaštvu - 2 sata						
obveze studenata	Pohađanje svih oblika nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	20%	1.0	Praktični ispit	25%	1.0
	seminarski rad	20%	1.0	usmeni ispit	25%	1.0
	kolokvij	10%	0.5	ukupno	4.5 ECTS	
obvezna literatura	1. S.Dillon, P. & Oyen, J.(2009). Kayaking. USA: American Canoe Association					
dopunska literatura						
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KINEZIOLOŠKA REKREACIJA – metodika kineziološke rekreacije u slobodno vrijeme I (123886)

nositeljica predmeta		prof. dr. sc. Mirna Andrijašević	
kancelarija		120	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		mirna.andrijasevic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658720	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obavezni predmet Kineziološka rekreacija.	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S+V) predavaonica + dvorana + terenska nastava / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 15S + 15V + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	12
ciljevi predmeta	Cilj je ovog predmeta osposobiti studente za postavljanje i oblikovanje svih vrsta sportsko-rekreacijskih planova i programa u različitim uvjetima i za različite potrebe populacije. Osposobljavanje u upravljanju i realizaciji programa. Poštujući temeljne kriterije kineziološke struke bit će sposobni projektirati i organizirati samostalno sportsko rekreacijsku djelatnost u različitim uvjetima te realizirati planove i programe transformacijskog karaktera uključujući dijagnostiku, praćenje i kontrolu učinaka tretmana. Uspostavlja suradnju sa stručnjacima drugih profila i kompetencija i provodi marketinške poslove.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Organizacija stručnog rada u sportskoj rekreaciji u različitim uvjetima i za različite potrebe sa svrhom i ciljem edukacije te zaštite i unapređenja zdravlja sudionika rekreacijskih programa. Oblikovanje individualnih i grupnih programa vježbanja za potrebe rekreacije. Rad u timu sa stručnjacima iz drugih područja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - primijeniti metode upravljanja sustavima u čijoj je osnovi koncept kineziološke rekreacije; - izraditi financijski plan rentabilnosti ulaganja pojedinih sportsko-rekreacijskih programa u različitim uvjetima; - postaviti koncepciju programa kineziološke rekreacije za različite potrebe; - surađivati u različitim znanstveno-stručnim područjima (unapređenje zdravlja, razvoj privredne djelatnosti – turizam i rad); - oblikovati i provoditi transformacijske programe poštujući sve kriterije i metode za provedbu programa; - primijeniti znanja iz komplementarnih područja koja su potpora kineziološkoj rekreaciji (prirodni resursi, prehrana i razne tradicionalne tehnike); - koristiti suvremene tehnologije za individualne kompleksne programe.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja, seminari i vježbe 1. Opće spoznaje i uloga metodike kineziološke rekreacije u slobodnom vremenu. Zadaća i ciljevi metodike kineziološke rekreacije u slobodnom vremenu. (2P)		



prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none">2. Pojam slobodnog vremena kao kvalitetnog resursa u cilju regeneracije organizma. (2P)3. Struktura poslova i profesionalnih radnih zadaća u suvremenom radu. Analiza rada i radnog procesa. (2P)4. Osnove metodike kineziološke rekreacije namijenjen unapređenju statusa djelatnika. (2P+2V)5. Principi planiranja i programiranja kinezioloških programa namijenjenih djelatnicima. Mogućnosti primjene različitih kinezioloških programa u svrhu smanjenja i prevencije umora. (4P+2S)6. Vrste, ciljevi i mogućnosti planiranja i programiranja kineziološke rekreacije namijenjene djelatnicima. (2P)7. Mogućnosti evaluacije učinaka programa kineziološke rekreacije namijenjenih djelatnicima različitih profila zanimanja. (2P+3S)8. Uloga i značaj metodike kineziološke rekreacije u slobodno vrijeme namijenjena građanstvu.(2P)9. Podjela sudionika kineziološke rekreacije prema dobi i njihove specifičnosti u odnosu na potrebe za očuvanjem zdravlja, redovitim programima rekreacije.(2P+2S+2V)10. Specifičnost i metodika primjene kineziološke rekreacije za djecu i mlade u razvojnoj fazi organizma. (4P+2S+2V)11. Specifičnost i metodika primjene kineziološke rekreacije za odrasle, opći pojmovi vezani za očuvanje i unapređenje zdravlja tjelesnom aktivnosti. (2P+2S+4V)12. Metodika primjene kineziološke rekreacije za specifične skupine (osobe starije životne dobi, osobe s invaliditetom).(2P+2S)13. Analiza primjene transformacijskih programa za unapređenje srčano-žilnog i dišnog sustava (aerobnih sposobnosti). Metode planiranja i programiranja te izbor aktivnosti u cilju transformacijskih programa namijenjenih podizanju aerobnih sposobnosti i/ili smanjenja potkožnog masnog tkiva. (2P+2S+5V)					
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12%	0.5	kolokvij	24%	1
	pismeni ispit	24%	1	seminarski rad	12%	0.5
	usmeni ispit	28%	1.5	ukupno	4.5 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Andrijašević, M. (2010). Kineziološka rekreacija. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.2. Andrijašević, M i sur.(1998). Planiranje i programiranje sportske rekreacije.(Skripta), Zagreb: FFK i HSSR.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Andrijašević, M. (2000). Rekreacijom do zdravlja i ljepote. Zagreb: FFK.2. Ivanišević, G. i sur.(2004). Zdravstveni turizam, prehrana, kretanje i zaštita okoliša u Hrvatskoj, znanstveni skup Veli Lošinj. Zagreb: Akademija medicinskih znanosti Hrvatske.3. Mišigoj-Duraković, M. i sur.(1999). Tjelesno vježbanje i zdravlje. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu, Grafos.4. Corbin, B. C., Lindsey, R., Welk, I. G., Corbin, R.W. (2002). Concepts of fitness and wellness. New York, USA: Mc Graw Hill Companies.5. Štuka, K. (1985). Rekreacijska medicina. Zagreb: Sportska tribina.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KINEZIOLOŠKA REKREACIJA – programiranje u kineziološkoj rekreaciji

(123890)

nositeljica predmeta		prof. dr. sc. Mirna Andrijašević	
kancelarija		120	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		mirna.andrijasevic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658720	
nastavnik		doc. dr. sc. Danijel Jurakić	
kancelarija		117	
konzultacije		srijedom od 13.30 do 14.30	
e-mail		daniyel.jurakic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658656	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Kineziološke rekreacije.	bodovna vrijednost	2.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 30P	očekivani broj studenata na predmetu	12
ciljevi predmeta	Cilj je ovog predmeta osposobiti studenta za oblikovanje projekata, planova i programa za različite društveno-ekonomske potrebe. Osposobljavanje za organizaciju rada u različitim uvjetima - menadžer. Osposobljavanje za timski rad te za rukovođenje i koordinaciju poslova u području kineziološke rekreacije.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Organizacija stručnog rada u sportskoj rekreaciji u različitim uvjetima i za različite potrebe sa svrhom i ciljem edukacije te zaštite i unapređenja zdravlja. Programiranje vježbanja u svrhu transformacije antropoloških obilježja. Rad u timu sa stručnjacima iz drugih područja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - definirati ciljeve u okviru individualnog i grupnog rada; - izraditi planove i programe za različite potrebe; - postaviti znanstvenu metodologiju za istraživačke projekte u cilju unapređenja struke; - surađivati sa stručnjacima iz različitih područja; - oblikovati i provoditi transformacijske programe poštujući sve kriterije za provedbu programa; - koristiti suvremenu tehnologiju za individualne sofisticirane programe.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata) 1. Kineziološka rekreacija kao znanstveno-nastavna disciplina 2. Pregled razvoja kineziološke rekreacije u suvremenom društvu 3. Uloga i pozicija kineziološke rekreacije u razvijenim zemljama 4. Struktura i razvoj kineziološke rekreacije kao primijenjene znanstvene discipline 5. Značaj primjene kineziološke rekreacije u različitim društvenim i gospodarskim područjima 6. Principi znanstvenih istraživanja u kineziološkoj rekreaciji 7. Metodologija strukturiranja problema kineziološke rekreacije na različitim razinama: pilot projekti, projekti, studije, znanstvena i stručna razina		



	8. Metodološki slijed postavljanja ciljeva i problema različitih vrsta znanstveno-istraživačkog rada 9. Metodski principi pisanja znanstvenih i stručnih radova iz područja kineziološke rekreacije 10. Organizacijske mogućnosti i menadžment kineziološke rekreacije u praksi 11. Vrste usluga i ustroj sportske rekreacije u praksi 12. Struktura organizacije i upravljanja sportske rekreacije u različitim uvjetima 13. Ustroj sportske rekreacije u društvu i obilježja uređenja i njihovi nositelji 14. Sustav arhiviranja, praćenja i evaluacije sastavnica sportsko-rekreacijske ponude 15. Timska uloga i djelovanje u većim koncernima i udrugama (međunarodna, domaća)					
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	20%	0.5	seminarski rad	20%	0.5
	usmeni ispit	60%	1.5	ukupno	2.5 ECTS	
obvezna literatura	1. Andrijašević, M. (2010). Kineziološka rekreacija. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Andrijašević, M. (2004). Programi i sadržaji razvoja sportsko-rekreacijskog turizma u Hrvatskoj. u: Bartoluci, M. i sur. (ur.) Menadžment u sportu i turizmu. Zagreb: KF, EF. 3. Andrijašević, M. (2004). Suvremeni programi sportske rekreacije, u: Bartoluci, M. (ur.) Zbornik radova međunarodnog znanstvenog skupa Sport u turizmu, Zagreb.					
dopunska literatura	1. Corbin, B. C., Lindsey, R., Welk, I. G., Corbin, R. W. (2002). Concepts of fitness and wellness. New York, USA: Mc Graw Hill Companies. 2. Bartoluci, M. i sur. (2004). Menadžment u sportu i turizmu. Zagreb: Kineziološki fakultet, Ekonomski fakultet. 3. Andrijašević, M., Bartoluci, M., Cetinski, V., Čepelak, R., Fox, J., Ivanišević, G., Jadrešić, V., Keros, P., Peršić, M., Ravkin, R. (1999). Animacija u hotelijersko-turističkoj ponudi. Opatija: Hrvatska udruga hotelijera i restoratera, Vološćansko grafičko poduzeće. 4. Andrijašević, M., Bartoluci, M. (2004) The role of wellness in contemporary tourism. Acta Touristica, 16(2): 125-142. 5. Jurakić, D., Andrijašević, M., Pedišić, Ž. (2010). Osnove strategije za unapređenje tjelesne aktivnosti i zdravlja zaposlenika srednje dobi s obzirom na obilježja radnog mjesta i skolnosti ka sportsko-rekreacijskim aktivnostima. Sociologija i prostor, 48(1): 113-131.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KINEZITERAPIJA – metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka II

(123894)

nositeljica predmeta	doc. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić		
kancelarija	202		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	tatjana.trost-bobic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658659		
nastavnica	doc. dr. sc. Lidija Petrinović		
kancelarija	115		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	lidija.petrinovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658715		
vanjska suradnica	doc. dr. sc. Gordana Grozdek-Čovčić		
e-mail	gordana.grozdek-covcic@zvu.hr		
vanjski suradnik	dr. sc. Vangelis Chatzilelekas, prof.		
e-mail	chatzilelekas@gmail.com		
vanjska suradnica	dr. sc. Ljiljana Širić, prof. logopedije		
e-mail	ljiric@gmail.com		
vanjski suradnik	Dario Maravić, mag. Cin.		
e-mail	dario713@gmail.com		
vanjska suradnica	Andrea Mohorović, mag, cin		
e-mail	andrea.mohorovic1@gmail.com		
vanjski suradnik	Sandro Venier, mag. cin		
e-mail	veniersandro@gmail.com		
vanjska suradnica	Maja Babić, dr. med.		
e-mail	maja.babic5@hotmail.com		
vanjska suradnica	Jadranka Brozd, dipl. fizioth.		
e-mail	info@jadrankabrozd.hr		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Kineziterapija.	bodovna vrijednost	4.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (S+V) predavaonica + dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	27
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za razumijevanje određenih bolesti i oštećenja te usvajanje metodičkih znanja potrebnih za planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Kroz stečena znanja studenti će biti osposobljeni za: <ul style="list-style-type: none">- prepoznavanje određenih stanja i bolesti;- planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka;- primjenu kineziterapijskih postupaka u praksi.		



očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U oblikovanju ishoda učenja studenti će moći definirati i analizirati: <ul style="list-style-type: none">- različita stanja i slabosti pojedinih sustava,- značajke pojedine bolesti ili oštećenja,- dijagnostičke postupke kojima je cilj definiranje stanja bolesti,- metodičke postupke unutar ciljanog kineziterapijskog programa,- način planiranja i programiranja ciljanih kineziterapijskih procedura.
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata, osim tebe br. 8. koja se obrađuje 1 nastavni sat)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Reumatske bolesti2. Artroza zgloba kuka, kralježnice, koljena3. Periartritis humeroscapularis4. Mentalna retardacija, klasifikacija mentalne retardacije5. Autizam6. Osobe s amputacijama7. Ankilozantni spondilitis (Mb Bechterew)8. Dijabetes melitus <p>Seminari (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata, osim tebe br. 8. koja se obrađuje 1 nastavni sat)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s reumatskim bolestima2. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s artrozom zgloba kuka, kralježnice, koljena3. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s periartritisom humeroscapularis4. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s mentalnom retardacijom5. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s autizmom6. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s amputacijama7. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s ankilozantnim spondilitisom (Mb Bechterew)8. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s dijabetesom <p>Vježbe (svaka tema se izvodi 2 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Uvod u masažu: vrste masaže te njihov fiziološki i psihološki učinak2. Indikacije i kontraindikacije za masažu3. Specifičnosti prostora i opreme za masažu4. Osnovni zahvati u masaži5. Sportska i medicinska masaža6. Masaža stopala i skočnog zgloba7. Masaža stražnjeg dijela nogu8. Masaža prednjeg dijela nogu9. Masaža lumbalnog dijela kralježnice10. Masaža paravertebralne muskulature11. Masaža gornjeg dijela leđa: lopatice i vrat12. Masaža ruku13. Masaža lica14. Segmentalna masaža15. Masaža cijelog tijela – povezivanje naučenih zahvata u jednu cjelinu
obveze studenata	



praćenje rada studenata	seminarski rad	25%	1	praktični ispit	25%	1
	usmeni ispit	50%	2	ukupno	4.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Filipović, V., Klaić, I. (2001). Važnost propriocepcije za normalnu funkciju ramena. u: Zbornik radova OTŠD Hrvatskog zbora fizioterapeuta, Zagreb.2. Kosinac, Z. (2002): Kineziterapija lokomotornog sustava. (Udžbenik). Split: Sveučilište u Splitu.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Trošt Bobić, T., Ciliga, D., Petrinović Zekan, L. (2009). Radiogoniometrija kao rekreacijska aktivnost za slijepo osobe. u: Andrijašević, M. (ur.) Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije „Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i sportske rekreacije“, Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 345-351.2. Petrinović Zekan, L., Ciliga, D. (2008). Sportske aktivnosti za osobe s oštećenjem vida. u: Andrijašević, M. (ur.) Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije „Kineziološka rekreacija i kvaliteta života“, Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 351-362.3. Trošt, T., Ciliga, D., Petrinović Zekan, L. (2007). Dobrobit redovitog bavljenja sportsko-rekreativnim aktivnostima u odrasla čovjeka. u: Findak, V. (ur.) Zbornik radova 16. ljetne škole kineziologija Republike Hrvatske „Antropološke, metodičke, metodološke i stručne pretpostavke rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“, Poreč, Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 540-546.4. Ciliga, D., Petrinović Zekan, L., Trošt, T. (2007). Boćanje kao rekreativna aktivnost za osobe s cerebralnom paralizom. u: Andrijašević, M. (ur.) Zbornik radova konferencije „Sport za sve u funkciji unapređenja kvalitete života“, Zagreb: Kineziološki fakultet, 105-112.5. Trošt T., Petrinović Zekan, L. (2006). Izokinetika u funkciji kvalitete kineziterapijskog programa. u: Findak, V., Delija, K. (ur.) Zbornik radova 15. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Kvaliteta rada u područjima edukacije, sporta i sportske rekreacije“, Rovinj, Zagreb: Hrvatski Kineziološki savez, 356-361.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KINEZITERAPIJA – odabrana poglavlja zdravstvene psihologije (123983)

nositeljica predmeta	prof. dr. sc. Renata Barić		
kancelarija	141/1		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom / ponedjeljkom od 12.00 do 13.00 sati		
e-mail	renata.baric@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658742		
asistentica	Rebeka Prosoli mag.psih.		
kancelarija	137		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom / ponedjeljkom od 12.00 do 13.00 sati		
e-mail	rebeka.prosoli@unizg.kif.hr		
telefon	+38513658737		
asistentica	Matea Karlović, mag. psih.		
kancelarija	137		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom / ponedjeljkom od 12.00 do 13.00 sati		
e-mail	matea.karlovic@unizg.kif.hr		
telefon	+38513658737		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	27
ciljevi predmeta	Upoznati studente s važnošću međudnosa psihosocijalnih činitelja i tjelesnog zdravlja odnosno bolesti. Usvojiti znanja iz područja psihologije koja povećavaju učinkovitost preventivnih, dijagnostičkih, terapijskih i rehabilitacijskih aktivnosti u radu s osobama s tjelesnim bolestima i ograničenjima.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi			
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - primijeniti ranije stečene spoznaje iz područja psihologije u razumijevanju prevencije zdravlja i nastanku bolesti; - prepoznati psihosocijalne rizične čimbenike za nastanak bolesti; - primijeniti psihološke tehnike za prevenciju stresa i smanjenje boli; - koristiti psihosocijalni pristup u radu s osobama s tjelesnim bolestima i oštećenjima.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata, osim teme pod br. 5. koja se obrađuje 3 nastavna sata) 1. Definicija zdravstvene psihologije. Područje teorijskih istraživanja i primjena spoznaja iz zdravstvene psihologije u sportu.		



	<ol style="list-style-type: none">2. Zdravstvena ponašanja – rizične i zaštitne zdravstvene navike, teorijski modeli zdravstvenih ponašanja, psihološke metode za promjenu rizičnih zdravstvenih ponašanja3. Stres i tjelesno zdravlje – izvori stresa, reakcije na stres, teorije stresa, istraživanja o odnosu stresa i zdravlja tj. bolesti, stres i izgaranje na poslu4. Stres i tjelesno zdravlje – nastanak psihosomatskih bolesti i simptoma, psihološke metode i tehnike za prevenciju i smanjenje stresa5. Psihosocijalni čimbenici i bol – složenost doživljaja boli, vrste boli, teorije o nastanku bolnog doživljaja, odnos psihičkih stanja i procesa i boli, psihološke metode i tehnike za smanjenje boli (3P)6. Tjelesni nedostaci, bolesti i psihička stanja – psihološka prilagodba na gubitak dijela tijela ili tjelesne funkcije, psihološka prilagodba na sportske ozljede7. Psihološke pojavnosti neizlječivih bolesti – suočavanje s bolesti i mogućnošću smrti, komunikacija s teško bolesnim osobama <p>Seminari (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata, osim teme pod br. 3. koja se obrađuje 3 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Procjena zdravstvenih ponašanja, psihološke metode za poticanje promjene ponašanja, motivacijski intervju2. Procjena stresa i načina suočavanja sa stresom3. Psihološke tehnike za prevenciju i smanjenje stresa i boli – tehnike relaksacije, vizualizacije, kognitivnog restrukturiranja, biofeedback... (3S)4. Stres i posao5. Istraživanja suočavanja s tjelesnim bolestima i nedostacima6. Izvori negativnih stavova i predrasuda prema osobama s invaliditetom7. Tabu teme: seksualnost i smrt				
obveze studenata					
praćenje rada studenata	usmeni ispit	100%	3	ukupno	3 ECTS
obvezna literatura	1. Havelka, M. (ur.) (2002). Zdravstvena psihologija. Jasrebarsko: Naklada slap.				
dopunska literatura	1. Hudek Knežević, J., Kardum, I. (2006). Stres i tjelesno zdravlje. Jastrebarsko: Naklada Slap. 2. Cox, R.H. (2005). Psihologija sporta. Jastrebarsko: Naklada Slap.				
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.				



KPS – antropološka analiza u kondicijskoj pripremi sportaša (123854)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Vlatko Vučetić	
kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658663	
vanjski suradnik		Jere Gulin, mag.cin.	
kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 8)	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		jere.gulin@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		Stipo Dajaković, mag.cin.	
e-mail		stipo.dajakovic@kif.unizg.hr	
Konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
studijski program	integrirani studij Kineziologije	status predmeta	Izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položeni obvezni predmeti Osnovnih kinezioloških transformacija 1 i 2 s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4)	bodovna vrijednost	2.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica + dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S	očekivani broj studenata na predmetu	28
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je studentima omogućiti stjecanje znanja o postupcima antropološke analize u kondicijskoj pripremi sportaša. Poseban naglasak je stavljen na analizu utjecaja antropoloških svojstava na izvedbu kondicijskih sadržaja te na analizu utjecaja kondicijskih sadržaja na antropološka svojstva sportaša. U tom smislu studenti se u sklopu kolegija detaljno upoznaju s načinima kreiranja (empirijsko i metodološko) jednadžbe specifikacije sporta i jednadžbe vrijednosti u procesu vježbanja i u procesu učenja.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će moći: - analizirati utjecaj kondicijskih sadržaja na antropološka svojstva sportaša; - analizirati utjecaj antropoloških svojstava na izvedbu kondicijskih sadržaja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti antropološka svojstva koja su značajna za izvedbu određenih kondicijskih sadržaja; - razumjeti transformacijsku vrijednost pojedinih kondicijskih sadržaja u odnosu na pojedina antropološka svojstva; - razumjeti načine procjene antropoloških karakteristika sportaša; - izraditi analizu kondicijskih sadržaja u konkretnim sportskim aktivnostima u odnosu na antropološka svojstva.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Primarne antropološke karakteristike sportaša koje predstavljaju izvor informacija za provođenje dijagnostike, planiranja, programiranja, provođenja i kontrole kondicijske pripreme sportaša (2P+2S)		



	<ol style="list-style-type: none"> 2. Specifične antropološke karakteristike sportaša koje predstavljaju izvor informacija za provođenje dijagnostike, planiranja, programiranja, provođenja i kontrole kondicijske pripreme sportaša (2P+2S) 3. Pregled istraživanja o strukturi motoričkih i funkcionalnih sposobnosti i morfoloških karakteristika sportaša (2P+2S) 4. Pregled istraživanja o povezanosti osobina i sposobnosti sportaša te integralnog pristupa njegovoj bio-psiho-socijalnoj osnovi (2P+2S) 5. Postupci procjene antropoloških karakteristika sportaša (2P+2S) 6. Antropološke karakteristike sportaša različite dobi i spola (1P+1S) 7. Analize efekata kondicijskog treninga na antropološke karakteristike (motoričke i funkcionalne sposobnosti i morfološke karakteristike) (2P+2S) 8. Povezanost antropoloških dimenzija sportaša s uspješnošću izvedbe trenažnih aktivnosti za razvoj motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te morfoloških karakteristika (2P+2S) 					
obveze studenata	Pohađanje i aktivno sudjelovanje na nastavi.					
praćenje rada studenata	seminarski rad	60%	1.5	usmeni ispit	40%	1
	ukupno				2.5 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jukić, I., Marković, G. (2003). Kondicijske vježbe s utezima. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Dijagnostika treniranosti sportaša. (1997). Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa. 3. Sekulić, D., Metikoš, D. (2007). Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji. Sveučilište u Splitu, Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i kineziologije (sveučilišni udžbenik). 					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jukić, I. i sur. (ur.) (2003-2011). Zbornici radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa: Kondicijska priprema sportaša. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 2. Reilly, T. (2003). Science and Soccer. London: Spon Press 3. Jukić, I. (ur.)(2003-2011). Kondicijski trening. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KPS – metodika kondicijske pripreme I (123860)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	
kancelarija	40/2		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	luka.milanovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658602		
vanjski suradnik			
e-mail			
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položeni obvezni predmeti Osnovnih kinezioloških transformacija 1 i 2 s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4)	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S+V) predavaonica + dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	28
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je studentima omogućiti stjecanje znanja o metodičkim postupcima za razvoj motoričkih sposobnosti sportaša.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će moći oblikovati metodičke postupke za razvoj i održavanje motoričkih sposobnosti sportaša u različitim sportovima, različite dobi, spola, razine treniranosti i trenažne povijesti.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">• izabrati primjerene sadržaje za razvoj i održavanje motoričkih sposobnosti sportaša;• izabrati primjerene metode za razvoj i održavanje motoričkih sposobnosti sportaša;• izabrati primjerene opterećenja za razvoj i održavanje motoričkih sposobnosti sportaša;• izraditi integralne trenažne operatore za razvoj i održavanje motoričkih sposobnosti sportaša.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe <ol style="list-style-type: none">1. Strukturne, fiziološke, anatomske, biomehaničke i druge značajke snage (1P+1V)2. Strukturne, fiziološke, anatomske, biomehaničke i druge značajke brzine i agilnosti (1P+1V)3. Strukturne, fiziološke, anatomske, biomehaničke i druge značajke koordinacije (1P+1V)4. Strukturne, fiziološke, anatomske, biomehaničke i druge značajke fleksibilnosti (1P+1V)5. Modeliranje i vrednovanje postupaka za usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja, odnosno tehnike izvedbe različitih kondicijskih vježbi za unapređenje motoričkih sposobnosti (vježbe s opterećenjem) (2P+2V)6. Modeliranje i vrednovanje postupaka za usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja, odnosno tehnike izvedbe različitih kondicijskih vježbi za unapređenje motoričkih sposobnosti (lakoatletske vježbe) (2P+2V)7. Diferencijalne karakteristike metodike treninga motoričkih sposobnosti s obzirom na spol. (2P+2V)8. Diferencijalne karakteristike metodike treninga motoričkih sposobnosti s obzirom na dob i kvalitetnu razinu sudionika u sportu (2P+2V)		



	9. Modeliranje i vrednovanje metodičkih postupaka za razvoj različitih tipova snage (2P+2V)				
	10. Modeliranje i vrednovanje metodičkih postupaka za razvoj različitih tipova brzine i agilnosti (2P+2V)				
	11. Modeliranje i vrednovanje metodičkih postupaka za razvoj različitih tipova fleksibilnosti (2P+2V)				
	12. Modeliranje i vrednovanje metodičkih postupaka za razvoj različitih tipova koordinacije (2P+2V)				
	13. Modeliranje i vrednovanje metodičkih postupaka za razvoj različitih tipova izdržljivosti (2P+2V)				
	14. Analiza efekata različitih metodičkih postupaka za razvoj i održavanje kvalitativnih motoričkih sposobnosti sportaša (2P+2V)				
	15. Analiza efekata različitih metodičkih postupaka za razvoj i održavanje kvantitativnih motoričkih sposobnosti sportaša (2P+2V)				
	16. Pregled metodičkih istraživanja iz područja treninga snage i fleksibilnosti (2P+2V)				
	17. Pregled metodičkih istraživanja iz područja treninga koordinacije, brzine i agilnosti (2P+2V)				
obveze studenata	Pohađanje i aktivno sudjelovanje na nastavi.				
praćenje rada studenata	kolokvij	100%	4.5	ukupno	4.5 ECTS
obvezna literatura	1. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb 21. – 22. 02. 2003. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez. 2. Jukić, I., Šalaj, S., Gregov, C. (ur.) (2003-2011). Kondicijski trening. Stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. Zagreb: Kineziološki fakultet. 3. Jukić, I., Marković, G. (2005). Kondicijske vježbe s utezima. Zagreb: Kineziološki fakultet.				
dopunska literatura	1. Beachle, T. R., Earle, R.W. (2000). Essentials of Strength and Conditioning. (2nd ed.). Champaign, Ill: Human Kinetics. 2. Jukić, I., Milanović, D. (ur.) (2004-2011). Kondicijska priprema sportaša, Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački sportski savez i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 3. Bompa, T. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike, Zagreb: Gopal. 4. Boyle, M. (2010). Advances in Functional Training: Training Techniques for Coaches, Personal Trainers and Athletes. USA: On Target Publications. 5. Cook, G. (2010). Movement: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies. USA: E. Grayson Cook.				
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.				



KOŠARKA – antropološka analiza u košarci (123745)

nositelj predmeta	prof. dr. sc. Damir Knjaz		
kancelarija	154		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	damir.knjaz@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658754		
nastavnik	prof. dr. sc. Bojan Matković		
kancelarija	153		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	bojan.matkovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658753		
nastavnik	doc. dr. sc. Tomislav Rupčić		
kancelarija	156		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	tomislav.rupcic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658756		
nastavnik	prof. dr. sc. Branka Matković		
kancelarija	184		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	branka.matkovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658604		
nastavnik	prof. dr. sc. Igor Jukić		
kancelarija	124		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	igor.jukic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658724		
nastavnik	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović		
kancelarija	40/2		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	luka.milanovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658602		
vanjski suradnik	Dražen Orešković, prof.		
e-mail	oreskovic.drazen@gmail.com		
vanjski suradnik	Ante Nazor, prof.		
e-mail	nazor.ante@gmail.com		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Košarka s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	2.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S	očekivani broj studenata na predmetu	5



ciljevi predmeta	Studenti će se kroz teorijsku i praktičnu nastavu iz predmeta Antropološka analiza u košarci upoznati s morfološkim, motoričkim, funkcionalnim, psihosociološkim i zdravstvenim aspektima košarkaša/ica različitih dobnih kategorija i razina natjecanja.					
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će kroz nastavu iz predmeta Antropološka analiza u košarci steći znanja koja će im omogućiti uspješnu prezentaciju, prepoznavanje, razlikovanje i analizu antropoloških obilježja košarkaša različitih dobnih kategorija i razina natjecanja.					
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: <ul style="list-style-type: none">- analizirati, dijagnosticirati i vrednovati morfološka obilježja košarkaša različite dobi,- analizirati, dijagnosticirati i vrednovati funkcionalne sposobnosti košarkaša različite dobi i razine natjecanja,- analizirati, dijagnosticirati i vrednovati motoričke sposobnosti košarkaša različite dobi i razine natjecanja,- analizirati, dijagnosticirati i vrednovati motorička znanja košarkaša različite dobi i razine natjecanja,- prepoznati i vrednovati psihosociološke aspekte u košarci ,- prepoznati zdravstvene aspekte i kriterije sudjelovanja u košarci.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari <ol style="list-style-type: none">1. Antropološki pristup košarkaškoj igri (2P)2. Morfološke karakteristike košarkaša i košarkašica različitih dobnih kategorija (1P+1S)3. Funkcionalne karakteristike košarkaša i košarkašica različitih dobnih kategorija (1P+1S)4. Motoričke sposobnosti košarkaša i košarkašica različitih dobnih kategorija (snaga, brzina, koordinacija, preciznost, agilnost, ravnoteža, fleksibilnost) (1P+3S)5. Kognitivne sposobnosti košarkaša i košarkašica različitih dobnih kategorija (1P+1S)6. Konativne karakteristike košarkaša i košarkašica različitih dobnih kategorija (1P+1S)7. Mikrosociološka struktura ekipe (1P+1S)8. Morfološke i funkcionalno-motoričke posebnosti igrača na različitim pozicijama u momčadi (1P+1S)9. Trener: znanje, sposobnosti i osobine, uloga u procesu treninga i natjecanja (1P+1S)10. Liječnik, psiholog, sociolog i fizioterapeut – uloga i sadržaj rada (1P+1S)11. Tipične ozljede košarkaša, prevencija, liječenje i rehabilitacija ozljeda (1P+1S)12. Režim života: odnos treninga i odmora, prehrana, specifičnosti režima života na turnirima, zadovoljenje ostalih bioloških potreba (1P+1S)13. Doping i kontrola (1P+1S)14. Oblici ponašanja navijačkih skupina i odnosi igrača, trenera, uprava s organiziranim skupinama navijača (1P+1S)					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	20%	0.5	kolokvij	40%	1
	usmeni ispit	40%	1	ukupno	7.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Matković i sur. (2010). Antropološka analiza košarkaške igre. Sveučilišni udžbenik. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.2. Matković, B. i sur. (2005) Košarka – antropološka analiza. Zagreb: KF, HKS, Zagreb3. Knjaz, D., Krtalić, S., Matković, B. R. (2010). Ocjena interpersonalnog odnosa igrač – tener u košarci. Hrvatski športsko-medicinski vjesnik, 25: 102-110					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Wissel, H. (1994). Basketball: Steps to Success. Champaign: Human Kinetics.2. Blašković, M., Matković, B., Matković, B. R. (1989). The influence of morphological characteristics on performance in basketball. Biology of Sport, 6(1): 27- 34.3. Blašković, M., Matković, B., Knjaz, D., Sobočan, M. (2001). Košarka. u: Milanović, D. (ur.), Zbornik radova Stručnog skupa „Stanje i perspektive zagrebačkog sporta“ 10. zagrebački sajam sporta i nautike, Zagreb, 23. i 24. veljače 2001. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez, 303-312.4. Knjaz, D., Matković, B., Rupčić, T. (2008). Osvrt na razvoj jakosti košarkaša kroz senzitivna razdoblja. u: Jukić, I., Milanović, D., Gregov, C. (ur.). 6. godišnja međunarodna					



	<p>konferencija Kondicijska priprema sportaša 2008. Trening snage: zbornik radova. Zagreb: Kineziološki fakultet, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 315-318 .</p> <p>5. Rupčić, T., Knjaz, D., Matković, B. (2010). Utjecaj specifičnog košarkaškog programa na razvoj bazične brzine pokreta ekstremiteta. u: Jukić, I., Gregov, C., Šalaj, S., Milanović, L., Trošt-Bobić, T. (ur). Zbornik radova 8. godišnje međunarodne konferencije „Kondicijska priprema sportaša 2010 – Trening brzine, agilnosti i eksplozivnosti“ Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 416-419.</p>
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



KOŠARKA – metodika treninga u košarci I (123755)

nositelj predmeta	prof. dr. sc. Damir Knjaz		
kancelarija	154		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	damir.knjaz@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658754		
nastavnik	prof. dr. sc. Bojan Matković		
kancelarija	153		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	bojan.matkovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658753		
nastavnik	doc. dr. sc. Tomislav Rupčić		
kancelarija	156		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	tomislav.rupcic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658756		
nastavnik	prof. dr. sc. Branka Matković		
kancelarija	184		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	branka.matkovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658604		
nastavnik	prof. dr. sc. Igor Jukić		
kancelarija	124		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	igor.jukic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658724		
nastavnik	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović		
kancelarija	40/2		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	luka.milanovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658602		
vanjski suradnik	Dražen Orešković, prof.		
e-mail	oreskovic.drazen@gmail.com		
vanjski suradnik	Ante Nazor, prof.		
e-mail	nazor.ante@gmail.com		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Košarka s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica (V) dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	5



ciljevi predmeta	Kroz nastavni proces iz predmeta Metodika treninga u košarci studenti stječu teorijsko i praktično znanje, odnosno osposobljavaju se za podučavanje različitih TE-TA elemenata iz područja košarkaške igre kao i za razvoj kondicijsko-motoričkih sposobnosti košarkaša različite dobi te kvalitativne razine.					
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će na predmetu Metodika treninga u košarci 1 steći osnovne metodičke spoznaje, odnosno znanja koja im omogućavaju uspješno vođenje procesa poduke košarkaške tehnike i taktike kao i razvoj kondicijsko-motoričke pripreme košarkaša. Također, studenti ovim predmetom dobivaju znanja koja im omogućavaju kritički pristup i vrednovanje pojedinih trenažnih sredstava i metoda poučavanja, odnosno treninga s obzirom na dob i kvalitetu košarkaša.					
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - samostalno odabrati primjerene sadržaje za poučavanje košarkaške tehnike i taktike te razvoj kondicijsko-motoričke pripreme, - primijeniti odgovarajuće metodičke postupke prilikom poučavanja košarkaške tehnike i taktike te razvoja kondicijsko-motoričke pripreme, - analizirati i vrednovati metodičke vježbe, metode učenja i vježbanja te didaktičke principe prilikom učenja košarkaške tehnike i taktike te razvoja kondicijsko-motoričke pripreme, - definirati primjerene sadržaje treninga košarkaša različitih dobnih i kvalitativnih kategorija, - definirati primjerena sredstva za trening različitih dobnih i kvalitativnih kategorija .					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska, teorijsko-praktična predavanja i vježbe 1. Metodika košarkaške tehnike (15P) 2. Metodički principi učenja i usavršavanja osnovnog i napadačkog stava s loptom (1TPP+2V) 3. Metodički principi učenja i usavršavanja pivotiranja (1TPP+2V) 4. Metodički principi učenja i usavršavanja vođenja lopte u mjestu (1TPP+2V) 5. Metodički principi učenja i usavršavanja vođenja lopte u pravocrtnom kretanju (1TPP+2V) 6. Metodički principi učenja i usavršavanja ubacivanja lopte iz neposredne blizine te polazak u vođenje (1TPP+2V) 7. Metodički principi učenja i usavršavanja dodavanja i hvatanja lopte u mjestu (1TPP+2V) 8. Metodički principi učenja i usavršavanja dodavanja i hvatanja lopte u kretanju (1TPP+2V) 9. Metodički principi učenja i usavršavanja obrambenih stavova i kretanja u stavu (1TPP+2V) 10. Metodički principi učenja i usavršavanja promjena pravca i tempa kretanja sa i bez lopte (1TPP+2V) 11. Metodički principi učenja i usavršavanja zaustavljanja nakon hvatanja dodane lopte te nakon vođenja (1TPP+2V) 12. Metodički principi učenja i usavršavanja skok šuta (1TPP+2V) 13. Metodički principi učenja i usavršavanja šuta jednom rukom s grudiju iz mjesta (1TPP+2V) 14. Metodički principi učenja i usavršavanja tehnike zagrađivanja (1TPP+2V) 15. Metodički principi učenja i usavršavanja skoka u napadu i obrani (1TPP+2V) 16. Metodički principi učenja i usavršavanja tehnike blokada i deblokiranja (1TPP+2V)					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	11%	0.5	usmeni ispit	22%	1
	kolokvij	11%	0.5	praktični rad	34%	1.5
	Pismeni ispit	22%	1	ukupno	4.5 ECTS	
obvezna literatura	1. Matković i sur. (2010). Antropološka analiza košarkaške igre. Sveučilišni udžbenik. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu 2. Tocigl, I. (1998). Košarkaški udžbenik. Split: Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i odgojnih područja Sveučilišta u Splitu, Zavod za fizičku kulturu 3. Matković, B., Knjaz, D., Čosić B. (2003). Smjernice fizičke pripreme u košarci. u: Milanović, D., Jukić, I. (ur.) Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa „Kondicijska priprema sportaša“ 12. zagrebački sajam sporta i nautike, Zagreb, 21. i 22. veljače 2003. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez, 390-394.					



dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Wissel, H. (1994). Basketball: Steps to Success. Champaign: Human Kinetics.2. Dežman, B. (1997). Košarka v osnovnoj šoli. Ljubljana: VŠTK.3. Krause, J., Meyer, D., Meyer, J. (1999.). Basketball skills and drills. USA: Human Kinetics.4. Matković, B. (2006). Napad blokadama i igra protiv blokada u obrani. Time out, VII(12): 3-9.5. Matković, B. (2006). Skok za odbijenom loptom od koša – dio taktike igre u obrani i napadu. Time out, VII(13): 2-3.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



NOGOMET – antropološka analiza u nogometu (123748)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Valentin Barišić	
kancelarija		157	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		valentin.barisic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658757	
poslijedoktorandica		dr. sc. Tihana Nemčić	
kancelarija		70	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tihana.nemcic@kif.unizg.hr	
telefon		+385136583670	
asistent		Ivan Mikulić, mag.cin.	
kancelarija		70	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ivan.mikulic@kif.unizg.hr	
telefon		+385136583670	
vanjski suradnik		Mihael Mindek, mag.cin.	
e-mail		mihael.mindek@gmail.com	
vanjski suradnik		Marko Matušinski	
e-mail		m.matusinskij@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Nogomet s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	2.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica /on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S	očekivani broj studenata na predmetu	12
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s karakteristikama antropološkog statusa nogometaša različite dobi i kvalitete, njihovim međusobnim relacijama i relacijama u odnosu na uspješnost u nogometu		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Student stječe visoku razinu znanja koja mu omogućuje provođenje najsloženijih poslova u području izabranog sporta (nogomet) na svim razinama. Stječe spoznaje o rezultatima znanstvenih istraživanja o antropološkim obilježjima bitnim za uspješnost u nogometu. Osposobljen je da usvojeno znanje i vještine primijenjuje svakodnevno u svim oblicima praktičnog djelovanja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: razumjeti poziciju nogometne igre u različitim klasifikacijama sportova, demonstrirati praktično i verbalno osnovna znanja o nogometnoj tehnici, osnovama taktike, identificirati utjecaje i doprinose pojedinih motoričkih znanja i sposobnosti situacijskoj učinkovitosti u nogometnoj igri ili odsječcima igre s jedne strane te ukupnom djelovanju na antropološki status s druge.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Antropološke karakteristike nogometaša različite dobi i kvalitete (2P+2S) 2. Utjecaj različitih antropoloških obilježja (jednadžba specifikacije) na uspješnost u nogometnoj igri (2P+2S)		



	3. Modelne karakteristike treniranosti unogometu. Uspoređivanje izmjerenih antropoloških karakteristika s modelnim vrijednostima vrhunskih nogometaša. (2P+2S) 4. Utvrđivanje antropometrijskih, funkcionalnih, motoričkih, kognitivnih i konativnih obilježja nogometaša (3P+3S) 5. Mikrosociološka struktura nogometne ekipe, prema funkcionalnom i emocionalnom kriteriju (2P+2S) 6. Specifična antropološka nogometaša na različitim igračkim pozicijama (2P+2S) 7. Suradnja stručnog tima (liječnik, kineziolog, psiholog, sociolog) u procjeni i vrednovanju treniranosti u nogometu (2P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.25	seminarski rad	40%	1
	usmeni ispit	50%	1.25	ukupno	2.5 ECTS	
obvezna literatura	1. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet - integralni kondicijski trening. Zagreb: Grafički zavod Hrvatske. 2. Weineck, E. J. (1992). Optimales Fussballtraining (prijevod na Hrvatski jezik). Zagreb: Kineziološki fakultet. 3. Milanović, D. (2010). Teorija i metodika treninga. Zagreb: Kineziološki fakultet. 4. Jozak, R. i Kepčija, I. (2017). Razvojni program. Zagreb: Vivid & Shine j.d.o.o.					
dopunska literatura	1. Mišigoj-Duraković, M. i sur. (1995). Morfološka antropometrija u športu. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu 2. Mišigoj-Duraković, M. (2008). Kinantropologija – biološki aspekti tjelesnog vježbanja. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu 3. Owen, A. & Dellal, A. (2016). Football conditioning: A modern scientific approach (periodisation / seasonal training / small sided games). 4. Owen, A. & Dellal, A. (2016). Football conditioning: A modern scientific approach (fitness training / speed & agility / injury prevention).					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



NOGOMET – metodika treninga u nogometu I (123750)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Valentin Barišić	
kancelarija		157	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		valentin.barisic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658757	
poslijedoktorandica		dr. sc. Tihana Nemčić	
kancelarija		70	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tihana.nemcic@kif.unizg.hr	
telefon		+385136583670	
asistent		Ivan Mikulić, mag.cin.	
kancelarija		70	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ivan.mikulic@kif.unizg.hr	
telefon		+385136583670	
vanjski suradnik		Mihael Mindek, mag.cin.	
e-mail		mihael.mindek@gmail.com	
vanjski suradnik		Marko Matusinski	
e-mail		m.matusinskij@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Nogomet s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S+V) dvorana B / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V + mentorski rad	očekivani broj studenata na predmetu	12
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama poučavanja i vježbanja za različite dobne skupine nogometaša, izborom trenažnih sadržaja (kondicijske vježbe, vježbe tehničke i taktičke pripreme) te doziranje trenažnog opterećenja u treningu nogometaša.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Student stječe visoku razinu znanja koja mu omogućuje provođenje najsloženijih poslova u području izabranog sporta (nogometa) na svim razinama. Stječe spoznaje o rezultatima znanstvenih istraživanja o strukturalnim i biomehaničkim karakteristikama sporta, antropološkim obilježjima bitnim za uspješnost te zakonitostima programiranja i kontrole procesa treninga. Osposobljen je da usvojeno znanje i vještine primijenjuje svakodnevno u svim oblicima praktičnog djelovanja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: razumjeti poziciju nogometne igre u različitim klasifikacijama sportova, demonstrirati praktično i verbalno osnovna znanja o nogometnoj tehnici, metodici poučavanja i osnovama taktike, identificirati utjecaje i doprinose pojedinih motoričkih znanja i sposobnosti situacijskoj učinkovitosti u nogometnoj igri ili odsječcima igre s jedne strane te ukupnom djelovanju na antropološki status s druge.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja i vježbe 1. Definicija i struktura metodike treninga u nogometu (2P+2V) 2. Klasifikacija i izbor sadržaja trenažnog rada: kondicijske vježbe (2P+1V)		



prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none"> 3. Vježbe bazične, specifične i situacijske pripreme u nogometu (2P+2V) 4. Doziranje opterećenja u treningu nogometaša (2P+2V) 5. Metodika kondicijske pripreme u nogometu (2P+2V) 6. Zakonitosti kondicijske pripreme mlađih dobrih kategorija u pojedinim fazama njihova sportskog razvoja (senzibilne faze) (2P+2V) 7. Specifični metodički postupci za razvoj funkcionalno-motoričkih sposobnosti u nogometu: aerobni, anaerobni, miješani aerobno-anaerobni trening; trening snage, brzine, agilnosti, izdržljivosti, preciznosti, fleksibilnosti i koordinacije (3P+3V) <p>Seminari i vježbe</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Metodički organizacijski oblici rada u nogometnom treningu (2S+1V) 2. Dobne razlike u metodičkom pristupu kondicijskog treninga (2S+1V) 3. Pretvatarući trening (2S+1V) 4. Trening ciljane usmjerenosti razvoja snage (bazična) (2S+1V) 5. Trening ciljane usmjerenosti razvoja snage (specifična i situacijska) (2S+1V) 6. Razvoj izdržljivosti (aerobne, anaerobne, aerobno-anaerobne) (2S+1V) 7. Razvoj brzine u nogometnom treningu (bazična, specifična i situacijska) (2S+1V) 8. Razvoj koordinacije (2S+1V) 9. Trening agilnosti u nogometu – bazična (2S+1V) 10. Trening agilnosti u nogometu – specifična i situacijska (2S+1V) 11. Trening fleksibilnost u nogometu (2S+1V) 12. Preciznost (2S+1V) 13. Ravnoteža (2S+1V) 14. Relaksibilnost (2S+1V) 15. „Visinski“ trening (2S+1V) 					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	0.5	seminarski rad	35%	1.5
	usmeni ispit	60%	2.5			
	ukupno	4.5 ECTS				
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet - integralni kondicijski trening. Zagreb: Grafički zavod Hrvatske. 2. Dujmović, P. (1997). Fizička priprema nogometaša. Zagreb: Zagrebački nogometni savez - zbor trenera. 3. Milanović, D. (2010). Teorija i metodika treninga. Primjenjena kineziologija u sportu. 2. dopunjeno i izmjenjeno izdanje. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 4. Bompa, T.O. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike. Zagreb: Gopal. 					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Owen, A. & Dellal, A. (2016). Football conditioning: A modern scientific approach (periodisation / seasonal training / small sided games). 2. Owen, A. & Dellal, A. (2016). Football conditioning: A modern scientific approach (fitness training / speed & agility / injury prevention). 3. Elsner, B. (1985). Metodika rada sa fudbalerima: specifične motoričke sposobnosti fudbalera. Beograd: Sportska knjiga. 					
način praćenja kvalitete	Putem anonimne ankete bit će evaluiran predmet i rad nastavnika. Temeljem evaluacije i izlaznih rezultata bit će moguće unaprijediti, optimizirati i jasnije strukturirati nastavu, metode rada i kriterije procjene znanja i kompetencije studenata.					



PLES – antropološka analiza u plesu (162560)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	
kancelarija		169	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658769	
vanjska suradnica		Ana Lojen, mag. cin.	
e-mail		ana_lojen@yahoo.com	
vanjska suradnica		Tamara Despot, pred.	
e-mail		tamdespot@gmail.com	
vanjski suradnik		Alen Plevnik, mag. cin.	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
vanjski suradnik		Nikola Oto, mag. cin.	
e-mail		nikola.oto@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Plesovi s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	2.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Usvojiti znanja o antropološkim karakteristikama plesača narodnog i društvenog plesa te primijeniti usvojena znanja u procesu edukacije sportske pripreme, i rekreacije		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Antropološka analiza plesa studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje antropoloških obilježja u svim fazama bavljenja plesom (edukacija, sport, rekreacije)		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu znanja o: <ul style="list-style-type: none">- antropološkim karakteristikama plesača različite dobi, spola, i kvalitete- utjecaju različitih antropoloških obilježja (jednadžba specifikacije) na uspješnost u plesu.- psihološkim karakteristikama sportaša te utjecaju psihološke i sociološke komponente na postizanju rezultata u plesu.- međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i sposobnosti.- međusobnoj povezanosti antropoloških karakteristika i specifičnih motoričkih znanja- strukturi i relaciji karakteristika, sposobnosti, osobina i znanja.- modalnim vrijednostima vrhunskih sportskih plesača- utjecaju sportskog plesa i ostalih plesnih formi na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja u različitim dobnim skupinama sportaša i rekreativaca.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari <ol style="list-style-type: none">2. Specifične sposobnosti i znanja plesača (2P + 2S)3. Specifične antropološke karakteristike plesača različitog spola, dobi i kvalitete (2P + 2S)4. Utjecaj različitih antropoloških obilježja na uspješnost u plesu (jednadžba specifikacije) (2P + 2S)5. Modelne karakteristike treniranosti sportu (1P + 1S)6. Povezanost antropometrijskih obilježja sportaša sa uspješnošću u plesu (1P + 1S)7. Povezanost funkcionalnih obilježja sportaša sa uspješnošću u plesu (1P + 1S)		



	<ol style="list-style-type: none">8. Povezanost motoričkih sposobnosti sportaša sa uspješnošću u plesu (1P + 1S)9. Povezanost kognitivnih sposobnosti i konativnih obilježja sportaša sa uspješnošću u plesu (1P + 1S)10. Sociološke komponente u plesu (1P + 1S)11. Upoznavanje sa specifičnim testovima za procjenu stanja treniranosti plesača(1P + 1S)12. Suradnja stručnog tima (trener - kineziolog, psiholog, sociolog, liječnik) u procjeni i vrednovanju treniranosti u plesu (1P + 1S)13. Utjecaj plesa na razvoj i održavanje različitih antropoloških obilježja mlađih dobnih kategorija (1P + 1S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi, samostalni istraživački zadaci					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	20%	0.5	usmeni ispit	40%	1
	seminarski rad	40%	1	ukupno	2.5 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">5. Ivančan, I. (1971). Folklor i scena. Prosvjetni sabor Hrvatske, Zagreb6. Ivančan, I. (1996). Narodni plesni običaji u Hrvata. Hrvatska matica iseljenika, Institut za etnologiju i folkloristiku, Zagreb7. Bijelić, S. (2006). Plesovi. Banja Luka: Atlantik BB.8. Wainwright, L. (2007). Zaplešimo. Zagreb: Kigen.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">15. Ivančan, I. (1964). Narodni plesovi Hrvatske I, Savez muzičkih društava Hrvatske, Zagreb16. Ivančan, I. (1963). Narodni plesovi Hrvatske II, Savez muzičkih društava Hrvatske, Zagreb17. Hrvatski sportski plesni savez. Dostupno na https://hsps.hr/savez/ (25.5.2018.)18. Maletić, A. (2002). Povijest plesa starih civilizacija I. Zagreb: Matica Hrvatska.19. Maletić, A.(2003). Povijest plesa starih civilizacija II. Zagreb: Matica Hrvatska.20. World Dance Sport Federation (2017). WDSF competition rules. Dostupno na https://www.worlddancesport.org/Rule/Official/Competition21. Zagorc, M. i Šifrar-Jarc, T. (2003). Model športnikove pripreme v plesu. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.22. Quin, e., Rafferty, S., Tomlison, C. (2015). Safe dance practice. USA: Human kinetics.23. Green Haas,J. (2010). Ples: anatomija. Beograd: Data status.24. Adzo- Banini I. S, Despot T. Kondicijski trening u sportskom plesu. U: Milanović D, Jukić I. (ur.) <i>Kondicijska priprema sportaša: Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, 21-23 Veljače 2003, Zagreb. Hrvatska.</i> Zagreb; Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez; 2003. str. 466-472.25. Despot T, Oreb G, Vlašić J. Kondicijska priprema – kako planirati i programirati u sportskom plesu? U: Jukić I, Milanović L, Wertheimer V. (ur.) <i>Kondicijska priprema sportaša: Zbornik radova 15. godišnje međunarodne konferencije, 24-25 Veljače 2017, Zagreb. Hrvatska.</i> Zagreb; Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 2017. str. 179-183.26. Despot T. Specifična i situacijska kondicijska priprema u sportskom plesu. U: Milanović D, Jukić I, Šimek S. (ur.) <i>Kondicijska priprema sportaša: Prevencija ozljeda u sportu: Zbornik radova 4. godišnje međunarodne konferencije, 24-25 Veljače 2006, Zagreb. Hrvatska.</i> Zagreb; Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske; 2006. str. 185-189.27. Vlašić, J., Čačković, L., Oreb, G- (2016). <i>Plesno stvaralaštvo u predškolskoj dobi. U V. Findak (Ur.) Zbornik radova 25. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Poreč, 2016, „Kineziologija i područja edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije u razvitku hrvatskog društva“ (str. 755-760). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez.</i>28. Vlašić, J., Oreb, G. & Horvatin-Fučkar, M. (2017). Motor abilities necessary to be successful at dancing. <i>Baltic Journal of Health and Physical Activity, 9(1), 7-16.</i>					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



PLES – metodika treninga u plesu I (162561)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	
kancelarija		169	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658769	
vanjska suradnica		Ana Lojen, mag. cin.	
e-mail		ana_lojen@yahoo.com	
vanjska suradnica		Tamara Despot, pred.	
e-mail		tamdespot@gmail.com	
vanjski suradnik		Alen Plevnik, mag. cin.	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
vanjski suradnik		Nikola Oto, mag. cin.	
e-mail		nikola.oto@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Plesovi s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica (V) dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Usvojiti praktična i teorijska znanja o strukturama kretanja i metodama poučavanja pojedinih plesnih izraza mlađih dobnih kategorija i različitih područja (edukacija, rekreacija, sport). Upoznati metode razvoja funkcionalnih, morfoloških te motoričkih obilježja plesača mlađih dobnih kategorija		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za provođenje poučavanja plesnih struktura različitih plesnih izraza, za organizaciju i provedbu plesne poduke, prezentacija i natjecanja za mlađe dobne skupine te razvoj funkcionalnih i motoričkih sposobnosti kod mlađih dobnih kategorija. Nakon položenog ispita studenti su sposobno demonstrirati pojedine plesne elemente-plesove različitih plesnih izraza i povezivati plesne elemente u koreografske cjeline, te metodske vježbe s obzirom na dob plesača i plesni izraz te plesnog područja (edukacija, rekreacija i sport).		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: <ul style="list-style-type: none">- samostalno odabrati primjerene sadržaje tijekom poučavanja- primijeniti odgovarajuće metodičke postupke prilikom poučavanja folklornog i društvenog plesa- analizirati i vrednovati metodičke vježbe, metode učenje i vježbanja te didaktičke principe prilikom učenja plesa- osmisлити i upotrijebiti različitu trenažnu opremu i pomagala- definirati primjerene sadržaje treninga plesača mlađih dobnih skupina i različitog plesnog izraza- definirati primjerena sredstva za trening plesača mlađih dobnih skupina i različitog plesnog izraza- povezati elemente tehnike pojedinog plesa u koreografiju		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja: 1. Osnovni metodički principi u poduci i treningu plesača mlađih dobnih kategorija (2 P)		



prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none">2. Osnovni pedagoški i didaktički principi u poduci i treningu plesača mlađih dobnih kategorija (2 P)3. Organizacijske i metodičke forme treninga plesača mlađih dobnih kategorija (2 P)4. Lokaliteti, oprema i pomagala za trening plesača mlađih dobnih kategorija (2 P)5. Metodika poučavanja plesnih elemenata mlađih dobnih kategorija (2P)6. Metodika treninga tehnike plesa mlađih dobnih kategorija (2 P)7. Metodika kondicijskog treninga plesača mlađih dobnih kategorija (2 P) <p>Seminari:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Metode i vježbe za razvoj funkcionalnih sposobnosti plesača mlađih dobnih kategorija (2 S)2. Metode i vježbe za razvoj gibljivosti plesača mlađih dobnih kategorija (2 S)3. Metode i vježbe za razvoj snage plesača mlađih dobnih kategorija (2 S)4. Metode i vježbe za razvoj ravnoteže plesača mlađih dobnih kategorija (2 S)5. Metode i vježbe za razvoj koordinacije plesača mlađih dobnih kategorija (2 S)6. Metode i vježbe za razvoj ritma plesača mlađih dobnih kategorija (2 S)7. Principi koreografiranja u plesu mlađih dobnih kategorija (3 S) <p>Vježbe (30 sati)</p> <ol style="list-style-type: none">2. Metodičke vježbe za poučavanje tehnike folklornog plesa (7V)3. Metodičke vježbe za poučavanje tehnike društvenog plesa (7V)4. Metodičke vježbe za poučavanje tehnike suvremenog plesa (4V)5. Metodičke vježbe za poučavanje baletnih tehnika (2V)8. Metodičke vježbe koreografiranja u folkloru (4V)9. Metodičke vježbe koreografiranja u društvenom plesu (4V)10. Metodičke vježbe koreografiranja u suvremenom plesu (1V)11. Metodičke vježbe koreografiranja u klasičnom baletu (1V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje svih oblika nastave te ispunjavanje samostalnih zadataka					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.5	praktični rad	30%	1
	seminarski rad	30%	1	usmeni ispit	30%	2
				ukupno		4.5 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Ivančan, I. (1971). Folklor i scena. Prosvjetni sabor Hrvatske, Zagreb2. Ivančan, I. (1996). Narodni plesni običaji u Hrvata. Hrvatska matica iseljenika, Institut za etnologiju i folkloristiku, Zagreb3. Bijelić, S. (2006). Plesovi. Banja Luka: Atlantik BB.4. Wainwright, L. (2007). Zaplešimo. Zagreb: Kigen.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Ivančan, I. (1964). Narodni plesovi Hrvatske I, Savez muzičkih društava Hrvatske, Zagreb2. Ivančan, I. (1963). Narodni plesovi Hrvatske II, Savez muzičkih društava Hrvatske, Zagreb3. Hrvatski sportski plesni savez. Dostupno na https://hsps.hr/savez/ (25.5.2018.)4. Maletić, A. (2002). Povijest plesa starih civilizacija I. Zagreb: Matica Hrvatska.5. Maletić, A.(2003). Povijest plesa starih civilizacija II. Zagreb: Matica Hrvatska.6. World Dance Sport Federation (2017). WDSF competition rules. Dostupno na https://www.worlddancesport.org/Rule/Official/Competition7. Zagorc, M. i Šifrar-Jarc, T. (2003). Model športnikove pripreme v plesu. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.8. Quin, e., Rafferty, S., Tomlison, C. (2015). Safe dance practice. USA: Human kinetics.9. Green Haas,J. (2010). Ples: anatomija. Beograd: Data status.10. Adzo- Banini I. S, Despot T. Kondicijski trening u sportskom plesu. U: Milanović D, Jukić I. (ur.) <i>Kondicijska priprema sportaša: Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, 21-23 Veljače 2003, Zagreb. Hrvatska.</i> Zagreb; Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez; 2003. str. 466-472.11. Despot T, Oreb G, Vlašić J. Kondicijska priprema – kako planirati i programirati u sportskom plesu? U: Jukić I, Milanović L, Wertheimer V. (ur.) <i>Kondicijska priprema</i>					



	<p><i>sportaša: Zbornik radova 15. godišnje međunarodne konferencije, 24-25 Veljače 2017, Zagreb, Hrvatska. Zagreb; Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 2017. str. 179-183.</i></p> <p>12. Despot T. Specifična i situacijska kondicijska priprema u sportskom plesu. U: Milanović D, Jukić I, Šimek S. (ur.) <i>Kondicijska priprema sportaša: Prevencija ozljeda u sportu: Zbornik radova 4. godišnje međunarodne konferencije, 24-25 Veljače 2006, Zagreb. Hrvatska. Zagreb; Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske; 2006. str. 185-189.</i></p> <p>13. Vlašić, J., Čačković, L., Oreb, G- (2016). <i>Plesno stvaralaštvo u predškolskoj dobi. U V. Findak (Ur.) Zbornik radova 25. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Poreč, 2016, „Kineziologija i područja edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije u razvitku hrvatskog društva“ (str. 755-760). Zagreb: Hrvatski kineziološki savez.</i></p> <p>14. Vlašić, J., Oreb, G. & Horvatin-Fučkar, M. (2017). Motor abilities necessary to be successful at dancing. <i>Baltic Journal of Health and Physical Activity, 9(1), 7-16.</i></p>
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



PLIVANJE – antropološka analiza u plivanju (123757)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Klara Šiljeg	
kancelarija		168	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		klara.siljeg@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658768	
nastavnik		prof. dr. sc. Goran Leko	
kancelarija		177	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		goran.leko@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658768	
nastavnica		doc. dr. sc. Dajana Karaula	
kancelarija		39	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		dajana.karaula@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658639	
vanjski suradnik		Bartol Vukelić, mag. cin.	
e-mail		bartol.vukelic@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeti Metodika poučavanja plivanja i Sportsko plivanje s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	2.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica /on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S + samostalni zadaci + mentorski rad	očekivani broj studenata na predmetu	6
ciljevi predmeta	Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja o antropometrijskim, motoričkim, funkcionalnim parametrima važnim za uspješnost u plivanju.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teoretska i praktična znanja o svim segmentima antropometrije, motoričkih i funkcionalnih sposobnosti koji čine cjelinu koja se naziva uspješnost u plivanju. Takav će ishod rezultirati stvaranjem modela plivača određene tehnike i određene discipline.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Ishodi učenja na razini predmeta: - Analiza antropometrijskog prostora - Analiza motoričkih sposobnosti - Analiza funkcionalnih sposobnosti - Međusobne relacije svih karakteristika i sposobnosti u određenoj tehnici plivanja - Međusobne relacije svih karakteristika i sposobnosti u određenoj dionici plivanja		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja 1. Antropometrijske karakteristike plivača – LDS, TDS, VMT, PMT (3P) 2. Motoričke karakteristike plivača – brzina (2P) 3. Motoričke karakteristike plivača – aerobne sposobnosti (2P) 4. Motoričke karakteristike plivača – snaga (2P) 5. Funkcionalne sposobnosti plivača (2P)		



	6. Dobne karakteristike plivača (2P) 7. Modeli plivača po tehnikama i dionicama (2P) Teoretsko praktična predavanja (seminari) 1. Antropometrijske karakteristike plivača – LDS, TDS, VMT, PMT (3TPP) 2. Motoričke karakteristike plivača – brzina (2P) 3. Motoričke karakteristike plivača – aerobne sposobnosti (2TPP) 4. Motoričke karakteristike plivača – snaga (2TPP) 5. Funkcionalne sposobnosti plivača (2TPP) 6. Dobne karakteristike plivača (2TPP) 7. Modeli plivača po tehnikama i dionicama (2TPP)					
obveze studenata	Studenti su obavezni prisustvovati nastavi sukladno statutu KIF-a					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	20%	0.5	kolokvij	20%	0.5
	seminarski rad	20%	0.5	Pismeni dio ispita	40%	1
				ukupno	2.5 ECTS	
obvezna literatura	1. Mišigoj-Duraković, M. (2008). Kinantropologija. Biološki aspekti tjelesnog vježbanja. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Leko, G. (2001). Definiranje odnosa motoričkih sposobnosti i antropometrijskih karakteristika plivača. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. Doktorski rad. 3. Maglischo, E. W. (2003) Swimming Fastest. California: Human Kinetics.					
dopunska literatura	1. Šiljeg, K. (2018). Plivanje. Hrvatski plivački savez.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



PLIVANJE – metodika treninga u plivanje I (123758)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Klara Šiljeg	
kancelarija		168	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		klara.siljeg@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658768	
nastavnik		prof. dr. sc. Goran Leko	
kancelarija		177	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		goran.leko@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658768	
nastavnica		doc. dr. sc. Dajana Karaula	
kancelarija		39	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		dajana.karaula@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658639	
vanjski suradnik		Bartol Vukelić, mag. cin.	
e-mail		bartol.vukelic@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	VIII. - ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeti Metodika poučavanja plivanja i Sportsko plivanje s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica (V) dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V + terenska nastava + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	6
ciljevi predmeta	Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja o metodama poučavanja neplivača mališana, odraslih osoba i osoba s posebnim		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti i studentice će steći potrebna teorijska i praktična znanja za provođenje nastavnih tema iz poduke neplivača djece dojenačke dobi, odraslih osoba i osoba s posebnim potrebama, usavršavanja znanja plivanja, metodike treninga prve, druge i treće godine plivačke sportske škole u okviru plivačkog kluba.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti metodičke principe podučavanja plivanja djece dojenačke dobi; - razumjeti metodičke principe podučavanja plivanja odraslih osoba; - razumjeti metodičke principe podučavanja plivanja osoba s posebnim potrebama; - razumjeti metodičke principe treninga plivačkih tehnika u plivačkoj sportskoj školi; - primijeniti metodičke postupke kod usavršavanja znanja plivanja u plivačkoj sportskoj školi; - primijeniti metodičke postupke kod poduke neplivača djece vrtičke dobi, odraslih osoba i osoba s posebnim potrebama; - samostalno organizirati i provesti poduku neplivača za sve uzrasne kategorije.		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja <ol style="list-style-type: none">1. Specifične metode poučavanja neplivača djece dojenačke dobi (2P)2. Specifične metode poučavanja neplivača odraslih osoba (2P)3. Specifične metode poučavanja neplivača osoba s posebnim potrebama (2P)4. Organizacija poduke neplivača i sportske škole u plivačkom klubu (2P)5. Metodski postupak treninga u prvoj godini plivačke sportske škole (2P)6. Metodski postupak treninga u drugoj godini plivačke sportske škole (2P)7. Metodski postupak treninga u trećoj godini plivačke sportske škole (2P)8. Organizacija natjecanja u plivačkoj sportskoj školi (1P)					
	Seminari (svaka se tema obrađuje 1 nastavni sat) <ol style="list-style-type: none">1. Primjena plivačkih sadržaja kroz igru2. Klasifikacija i izbor trenažnih vježbi i pomagala u plivanju3. Odgojni i obrazovni zadaci u metodici podučavanja djece u plivačkoj školi4. Specifičnosti primjene različitih metoda poučavanja5. Specifične metode poučavanja različitih dobnih kategorija6. Specifičnosti primjene didaktičkih principa u procesu učenja kraul tehnike7. Specifičnosti primjene didaktičkih principa u procesu učenja leđne tehnike8. Specifičnosti primjene didaktičkih principa u procesu učenja prsne tehnike9. Specifičnosti primjene didaktičkih principa u procesu učenja dupin tehnike10. Uočavanje i ispravljanje motoričkih pogrešaka kod kraul tehnike11. Uočavanje i ispravljanje motoričkih pogrešaka kod leđne tehnike12. Uočavanje i ispravljanje motoričkih pogrešaka kod prsne tehnike13. Uočavanje i ispravljanje motoričkih pogrešaka kod dupin tehnike14. Istraživanja u području metodike podučavanja neplivača15. Istraživanja u području metodike podučavanja mlađih dobnih kategorija plivača					
	Vježbe - terenska nastava <ul style="list-style-type: none">• Poučavanje neplivača mališana (Fredova metoda) (4V)• Poučavanje neplivača djece s posebnim potrebama (Halliwick metoda) (4V)• Poučavanje neplivača odraslih osoba (2V)• Metodika treninga prve godine plivačke sportske škole (6V)• Metodika treninga druge godine plivačke sportske škole (6V)• Metodika treninga treće godine plivačke sportske škole (6V)• Natjecanje u plivačkoj sportskoj školi (2V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivan rad na nastavi, aktivan rad na terenskoj nastavi.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	5%	0.25	seminarski rad	17%	0.75
	terenska nastava	33%	1.6	pismeni ispit	45%	2
	ukupno					4.5 ECTS
obvezna literatura	1. Grčić-Zubčević, N., Marinović, V. (2009). Igre u vodi za djecu predškolske dobi. Zagreb: izdanje autora. (Sveučilišni priručnik) 2. Volčanšek, B. (2002). Bit plivanja. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. (Sveučilišni udžbenik) 3. Teorijska predavanja (brošure)					
dopunska literatura	1. Šiljeg, K. (2018). Plivanje. Hrvatski plivački savez.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



SKIJANJE – antropološka analiza u skijanju (123768)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski	
kancelarija		102/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		vjekoslav.cigrovski@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658702	
nastavnik		prof. dr. sc. Bojan Matković	
kancelarija		153	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		bojan.matkovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658753	
vanjski suradnik		dr. sc. Ivica Franjko	
e-mail		ski@skifrankie.hr	
vanjski suradnik		Krunoslav Kević, prof.	
e-mail		kruno.kevic@hotmail.com	
vanjski suradnik		Slaviša Weiner, viši sportski trener	
e-mail		apb_znidarec-weiner@inet.hr	
vanjski suradnik		Vedran Vrus, viši sportski trener	
e-mail		vedran.vrus@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni smjer
semestar	VIII. – ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Skijanje s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	2.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica (S) terenska nastava / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S + vježbe + multimedija i mreža + terenska nastava	očekivani broj studenata na predmetu	14
ciljevi predmeta	Primarni cilj nastave predmeta Antropološka analiza u skijanju je teorijsko i teorijsko-praktično upoznavanje studenta s funkcionalnim, morfološkim, motoričkim, psihosociološkim i zdravstvenim aspektima skijanja na rekreacijskoj i natjecateljskoj razini. Sekundarni cilj je osposobiti studente za samostalnu analizu, dijagnostiku i vrednovanje antropološkog statusa skijaša rekreacijskog i natjecateljskog stupnja.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Kao kineziolozi i skijaški treneri studenti će na predmetu Antropološka analiza skijanja steći znanja koja će im omogućiti uspješnu prezentaciju, prepoznavanje, razlikovanje i analizu antropoloških obilježja skijaša rekreacijske i natjecateljske razine. Isto tako, studenti će se ovim predmetom osposobiti za definiranje kriterija, vrednovanje i kineziološko transformiranje antropološkog statusa skijaša kao dijela trenažnog procesa i procesa učenja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - analizirati, dijagnosticirati i vrednovati morfološka obilježja skijaša rekreacijske i natjecateljske razine; - analizirati, dijagnosticirati i vrednovati funkcionalne sposobnosti skijaša rekreacijske i natjecateljske razine;		



	<ul style="list-style-type: none"> - analizirati, dijagnosticirati i vrednovati motoričke sposobnosti skijaša rekreacijske i natjecateljske razine; - analizirati, dijagnosticirati i vrednovati motorička znanja skijaša rekreacijske i natjecateljske razine; - prepoznati i vrednovati psihosociološke aspekte sudjelovanja u skijanju na rekreacijskoj i natjecateljskoj razini; - prepoznati zdravstvene aspekte i kriterije sudjelovanja u skijanju na rekreacijskoj i natjecateljskoj razini. 					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Antropološka analiza skijanja (3P) 2. Morfološka obilježja skijaša natjecatelja različitih razina i dobnih kategorija (2P) 3. Funkcionalne sposobnosti skijaša natjecatelja različitih razina i dobnih kategorija (2P) 4. Motoričke sposobnosti skijaša natjecatelja različitih razina i dobnih kategorija (2P) 5. Kognitivne sposobnosti skijaša natjecatelja različitih dobnih kategorija (2P) 6. Konativne obilježja skijaša natjecatelja različitih dobnih kategorija (2P) 7. Zdravstveni aspekti skijanja (2P) <p>Seminari</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Analiza i dijagnostika morfoloških obilježja skijaša natjecatelja različitih razina i dobnih kategorija (4S) 2. Analiza i dijagnostika funkcionalnih sposobnosti skijaša natjecatelja različitih razina i dobnih kategorija (4S) 3. Analiza i dijagnostika motoričkih sposobnosti skijaša natjecatelja različitih razina i dobnih kategorija (4S) 4. Analiza kognitivnih sposobnosti skijaša natjecatelja različitih dobnih kategorija (1S) 5. Analiza konativnih obilježja skijaša natjecatelja različitih dobnih kategorija (1S) 6. Praktična uloga liječnika u skijaškom klubu (1S) 					
obveze studenata	Pohađanje svih vrsta nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.25	pismeni ispit	40%	1
	seminarski rad	10%	0.25	usmeni ispit	40%	1
	ukupno					2.5 ECTS
obvezna literatura	1. Matković, B., Ferenčak, S., Žvan, M. (2004). Skijajmo zajedno. Zagreb: Europapress holding i FERBOS inženjering.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cigrovski, V., Matković, B., Novak, D. (2008). Differences in some anthropological characteristics of young alpine skiers recorded during one competitive season. Kineziologia Slovenica, 14(3), 26-32. 2. Cigrovski, V., Matković, B., Ivanec, D. (2008). Uloga psiholoških čimbenika u procesu stjecanja skijaških znanja. Hrvatski športsko-medicinski vjesnik, 23(1), 45-50. 3. Cigrovski, V., Matković, B., Krističević, T. (2006). Antropološke karakteristike kao osnova za selekciju u alpskom skijanju. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 21(2), 103-8. 4. Cigrovski, V., Matković, B., Matković, B. R. (2002). Body composition changes during competitive season in young alpine skiers. In: D. Milanović, D., Prot, F. (Eds.) Proceedings book Kinesiology – new perspectives. Opatija 25. – 29. 09. 2002. Zagreb: Kineziološki fakultet, 523-526. 5. Lešnik, B., Žvan, M. (2007). Naše smučine, teorija in metodika alpskega smučanja. Ljubljana: SZS-ZUTS. 					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



SKIJANJE – metodika treninga u skijanju I (123769)

nositelj predmeta	izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski		
kancelarija	102/2		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	vjekoslav.cigrovski@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658702		
nastavnik	prof. dr. sc. Bojan Matković		
kancelarija	153		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	bojan.matkovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658753		
vanjski suradnik	dr. sc. Ivica Franjko		
e-mail	ski@skifrankie.hr		
vanjski suradnik	Krunoslav Kević, prof.		
e-mail	kruno.kevic@hotmail.com		
vanjski suradnik	Slaviša Weiner, viši sportski trener		
e-mail	apb_znidarec-weiner@inet.hr		
vanjski suradnik	Vedran Vrus, viši sportski trener		
e-mail	vedran.vrus@gmail.com		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni smjer
semestar	VIII. – ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Skijanje s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (S+V) terenska nastava / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V + multimedij i mreža + terenska nastava	očekivani broj studenata na predmetu	14
ciljevi predmeta	Primarni cilj nastave predmeta Metodika treninga u skijanju je teorijsko, teorijsko-praktično i praktično osposobljavanje studenata za podučavanje različitih skijaških tehnika. Također, cilj je ovog predmeta upoznavanje studenata s metodama razvoja funkcionalnih, morfoloških te motoričkih obilježja skijaša različite dobi te kvalitativne razine.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Kao kineziolozi, studenti će na predmetu Metodika treninga u skijanju steći osnovne metodičke spoznaje koje im omogućavaju uspješno vođenje procesa poduke skijaške tehnike i procesa sportskog treninga skijaša. Studenti će steći osnovna znanja o načinima poduke elemenata različitih skijaških tehnika te sredstvima utjecaja na razvoj funkcionalnih, morfoloških te motoričkih obilježja skijaša različite dobi i kvalitete. Isto tako, ovim predmetom studenti dobivaju znanja koja im omogućavaju kritički pristup i vrednovanje pojedinih trenažnih sredstava i metoda poučavanja odnosno treninga s obzirom na dob i kvalitetu skijaša.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - samostalno odabrati primjerene sadržaje tijekom poučavanja skijaške tehnike; - primijeniti odgovarajuće metodičke postupke prilikom poučavanja skijaške tehnike;		



	<ul style="list-style-type: none">- analizirati i vrednovati metodičke vježbe, metode učenje i vježbanja te didaktičke principe prilikom učenja skijanja;- pronaći i iskoristiti lokalitete u skijaškom centru za trening;- osmisliti i upotrijebiti različitu trenažnu opremu i pomagala;- definirati primjerene sadržaje treninga skijaša različitih dobnih i kvalitativnih kategorija;- definirati primjerena sredstva za trening različitih dobnih i kvalitativnih kategorija;- dozirati opterećenje treninga kod skijaša različitih dobnih i kvalitativnih kategorija.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja</p> <ol style="list-style-type: none">1. Osnovni metodički principi u poduci i treningu skijaša mlađih dobnih kategorija (2P)2. Osnovni pedagoški i didaktički principi u poduci i treningu skijaša mlađih dobnih kategorija (2P)3. Organizacijske i metodičke forme treninga skijaša mlađih dobnih kategorija (2P)4. Lokaliteti, oprema i pomagala za trening skijaša mlađih dobnih kategorija (2P)5. Metodika poučavanja elemenata skijaške tehnike sa skijašima mlađih dobnih kategorija (2P)6. Metodika treninga tehnike u skijanju sa skijašima mlađih dobnih kategorija (2P)7. Metodika kondicijskog-motoričkog treninga skijaša mlađih dobnih kategorija (3P) <p>Seminari</p> <ol style="list-style-type: none">1. Metode razvoja funkcionalnih sposobnosti skijaša mlađih dobnih kategorija (3S)2. Metode razvoja koordinacije kod skijaša mlađih dobnih kategorija (2S)3. Metode razvoja snage kod skijaša mlađih dobnih kategorija (2S)4. Metode razvoja ravnoteže kod skijaša mlađih dobnih kategorija (2S)5. Metode razvoja agilnosti kod skijaša mlađih dobnih kategorija (2S)6. Metode razvoja ritma u koordinaciji kod skijaša mlađih dobnih kategorija (2S)7. Metode prevencije ozljeda u skijanju (2S) <p>Vježbe</p> <ol style="list-style-type: none">1. Metodičke postupci za poučavanje elemenata pluzne skijaške tehnike (1V)2. Metodički vježbe učenja pluzenja ravno (2V)3. Metodički vježbe učenja pluznog zavoja (2V)4. Metodički vježbe učenja pluznog luka (2V)5. Metodičke postupci za poučavanje elemenata paralelne skijaške tehnike (1V)6. Metodički vježbe učenja spusta ravno (2V)7. Metodički vježbe učenja spusta koso (2V)8. Metodički vježbe učenja zavoja k brijegu (2V)9. Metodički vježbe učenja osnovnog zavoja (2V)10. Metodički vježbe učenja paralelnog zavoja od brijega (2V)11. Metodički vježbe učenja osnovnog vijuganja (2V)12. Metodički vježbe učenja brzog vijuganja (2V)13. Metodički vježbe učenja terenskog skoka (2V)14. Metodičke postupci za poučavanje elemenata carving skijaške tehnike (1V)15. Metodičke postupci za poučavanje elemenata prijestupne skijaške tehnike (1V)16. Metodičke postupci za poučavanje slalom skijaške tehnike (2V)17. Metodičke postupci za poučavanje veleslalom skijaške tehnike (2V)					
obveze studenata	Pohađanje svih vrsta nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	11%	0.5	pismeni ispit	22%	1
	seminarski rad	11%	0.5	praktični ispit	22%	1
	usmeni ispit	34%	1.5	ukupno	4.5 ECTS	



obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Cigrovski, V., Matković, B. i suradnici (2019). Sportovi na snijegu. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.2. Matković, B., Ferenčak, S., Žvan, M. (2004). Skijajmo zajedno. Zagreb: Europapress holding i FERBOS inženjering.
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Rađenović, O. i sur. (2008). Alpsko skijanje. Zagreb: Hrvatski zbor učitelja i trenera skijanja.2. Lešnik, B., Žvan, M. (2007). Naše smučine, teorija in metodika alpskega smučanja. Ljubljana: SZS-ZUTS.3. Jurković, N., Jurković, D. (2003). Skijanje, tehnika, metodika i osnove treninga. Zagreb: Graphis.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



SPORTSKI MENADŽMENT – menadžment u sportskim organizacijama

(123952)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	
kancelarija		121	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		sanela.skoric@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658721	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni smjer
semestar	VIII. – ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis - intervju s predmetnom nastavnicom	bodovna vrijednost	4.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P i S) predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 15S + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	13
ciljevi predmeta	Osposobiti studente da razumiju upravljanje sportskim organizacijama. Stjecanje specifičnih znanja iz područja planiranja i izrade poduzetničkih programa u sportskoj djelatnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti znanje i razumijevanje koncepata, principa i teorije iz područja menadžmenta i poduzetništva u sportskim organizacijama. Identificirati i analizirati mogućnosti provođenja poslovnih programa u području sporta.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti i analizirati upotrebu resursa u sportskim organizacijama, - razumjeti sustav organizacije sportske djelatnosti, - razumjeti sustav upravljanja sportskim objektima, - razumjeti ulogu menadžmenta u sportu i sportskim organizacijama, - izraditi i analizirati poduzetničke programe iz područja sporta		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata) 1. NEKE KARAKTERISTIKE SPORTA KAO POSLOVNE AKTIVNOSTI. Razvoj sporta kao poslovanja. Organizacijsko upravljanje. Uloga države u upravljanju sportom. 2. ORGANIZACIJA SPORTSKE DJELATNOSTI. Struktura organizacije sportske djelatnosti. Tipovi organizacije. Linearni sustav organizacije usportu. 3. SPORTSKE ORGANIZACIJE. Pojam i pravni status sportskih organizacija. Sportske organizacije: HOO, nacionalni sportski savezi, sportske udruge, sportski klubovi, sportska poduzeća, ostale sportske organizacije. 4. ORGANIZACIJA SPORTA NA SVJETSKOJ I EUROPSKOJ RAZINI. Sustav organizacije sporta. Važnija međunarodna sportska udruženja. 5. ULOGA MENADŽMENTA U SPORTSKIM ORGANIZACIJAMA. Pojam, zadaća i funkcije menadžmenta u sportskim organizacijama. Razine menadžmenta. Funkcije menadžera, tipovi menadžera u sportu. 6. FUNKCIJE MENADŽMENTA U SPORTU. Pojam i vrste planiranja. Rješavanje problema. Donošenje odluka. 7. FUNKCIJE MENADŽMENTA U SPORTU. Pojam organiziranja. Kreiranje radnih mjesta. Delegiranje. Upravljanje promjenama.		



	<p>8. FUNKCIJE MENADŽMENTA U SPORTU. Pojam vođenja. Stilovi vođenja i karakteristike vođa. Kontingencijski model vođenja.</p> <p>9. FUNKCIJE MENADŽMENTA U SPORTU. Pojam i vrste kontrola. Kvaliteta u sportskim organizacijama.</p> <p>10. ORGANIZACIJSKO PONAŠANJE U SPORTSKIM ORGANIZACIJAMA. Vrste organizacija. Upravljanje skupinama i timovima. Komunikacija. Organizacijska kultura.</p> <p>11. MENADŽERI U SPORTU. Stilovi rukovođenja menadžera u sportskim organizacijama. Uloga menadžera i poduzetnika u sportskim organizacijama.</p> <p>12. UPRAVLJANJE LJUDSKIM RESURSIMA U SPORTU. Pojam profesionalaca i volontera u sportu. Funkcije i matrice upravljanja ljudskim resursima u sportu. Motivacija. Sustav nagrađivanja. Ocjena performansi.</p> <p>13. STRATEGIJA I ANALIZA OKRUŽENJA U SPORTU. Pojam strategije, vizije, misije. Analiza unutrašnjeg i vanjskog okruženja.</p> <p>14. UPRAVLJANJE SPORTSKIM DOGAĐAJIMA. Pojam i karakteristike sportskih događaja. Logistika događaja. Financiranje događaja. Učinci događaja. Upravljanje događajem.</p> <p>15. BUDUĆNOST SPORTSKOG POSLOVANJA. Prognoziranje i predviđanje budućnosti. Nadolazeći trendovi i izazovi.</p> <p>Seminari (svaka tema seobrađuje 2 nastavna sata, osim teme pod red.br. 1. koja se obrađuje 1 nastavni sat)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Uvod u seminarski rad2. Primjeri sportskih organizacija i njihova struktura3. Analiza unutarnjeg okruženja sportskih organizacija4. Analiza vanjskog okruženja sportskih organizacija5. Primjena funkcija menadžmenta usportu6. Primjena funkcija menadžmenta usportu7. Specifičnosti menadžera u sportu8. Primjer upravljanja sportskim događajima												
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad u nastavi. Izrada seminarskih radova i ostalih zadataka. Izvršavanje prakse te izvještavanje o procesu praktičnog rada.												
praćenje rada studenata	<table border="1"><tr><td>pohađanje nastave</td><td>12.5%</td><td>0.5</td><td>kolokvij</td><td>62.5%</td><td>2.5</td></tr><tr><td>seminarski rad</td><td>25%</td><td>1.0</td><td>ukupno</td><td colspan="2">4.0 ECTS</td></tr></table>	pohađanje nastave	12.5%	0.5	kolokvij	62.5%	2.5	seminarski rad	25%	1.0	ukupno	4.0 ECTS	
pohađanje nastave	12.5%	0.5	kolokvij	62.5%	2.5								
seminarski rad	25%	1.0	ukupno	4.0 ECTS									
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Bartoluci, M., Škorić, S. (2009). Menadžment u sportu. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet.2. Beech, J., Chadwick, S. (2010). Sportski menadžment (prijevod knjige The Business of Sport Management). Zagreb: MATE.												
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Lussier, R. N., Kimball, D. C. (2009). Applied Sport Management Skills. Champaign: Human Kinetics.2. Covell, D., Walker, S., Siciliano, J., Hess, P.W. (2003). Managing Sports Organizations: Responsibility for Performance. Mason: South-Wester												
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.												



SPORTSKI MENADŽMENT – menadžment u sport i turizmu (124027)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	
kancelarija		121	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		sanela.skoric@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658721	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	Izborni smjer
semestar	VIII. – ljetni	godina studija	IV.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis - intervju s predmetnom nastavnicom	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P i S) predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 15S + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	13
ciljevi predmeta	Osposobiti studente da opća znanja iz menadžmenta turizma i sporta primijene u razvoju sportskog turizma		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti znanje i razumijevanje koncepata, principa i teorije iz područja menadžmenta u sportu i turizmu u razvoju sportskog turizma. Objasniti ulogu i značaj sporta i sportske rekreacije u turizmu. Identificirati i analizirati mogućnosti razvoja sportsko-rekreacijske ponude u turizmu		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti sustav turizma; - objasniti povezanost između turizma, sporta i sportske rekreacije; - identificirati ekonomske učinke sporta i sportske rekreacije u turizmu; - poznavati sustav organizacije ponude sporta i sportske rekreacije u turizmu; - identificirati i analizirati različite mogućnosti za razvoj sportskog turizma; - analizirati potrebe i obilježja stručnih kadrova za potrebe razvoja sportskog turizma; - identificirati i analizirati buduća kretanja u razvoju sportskog turizma		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata) 1. TEMELJNA OBILJEŽJA SUVREMENOG TURIZMA. Pojava, definicija, temeljni pojmovi i indikatori razvijenosti turizma. Trendovi u razvoju turizma. Obilježja turizma u Republici Hrvatskoj. 2. EKONOMSKI UČINCI KAO ODREDNICE STRATEŠKOG UPRAVLJANJA RAZVOJEM TURIZMA. Učinci turističkih kretanja. Turistička potrošnja. Ekonomski učinci turizma. Položaj turizma u platnoj bilanci Hrvatske. 3. STRUČNI KADROVI U TURIZMU. Struktura kadrova u turizmu. Menadžment. Turizam i zapošljavanje. Obrazovanje i sport – odnos između tržišta i javnih mjera. 4. SPORT I TURIZAM – ANALIZA TRŽIŠTA. Turizam – industrija koja raste. Odnos turizma i sporta. Sportski turizam kao specifični oblik turizma. Porast putovanja vezanih uz sport. Prodor avanturističkih odmora. 5. ZIMSKI SPORTSKI TURIZAM. Pojam i karakteristike zimskog sportskog turizma. Razvoj zimskih sportskih centara. Upravljanje zimskim sportskim centrima. Klimatske promjene i zimski sportski turizam.		



	<p>6. VELIKI SPORTSKI DOGAĐAJI KAO TURISTIČKI MAGNET. Pojam i karakteristike velikih sportskih događaja. Financiranje velikih sportskih događaja. Učinci velikih sportskih događaja. Veliki sportski događaji i turizam.</p> <p>7. NAUTIČKI I ZDRAVSTVENI TURIZAM. Pojam nautičkog i zdravstvenog turizma. Uvjeti za razvoj nautičkog i zdravstvenog turizma. Pokazatelji razvijenosti nautičkog i zdravstvenog turizma. Odnos između zdravstvenog turizma i wellnessa.</p> <p>8. MENADŽMENT UTURIZMU SPORTU. Pojammenadžmenta.Menadžeri imenadžerske uloge. Funkcijemenadžmenta. Promjene umodernommenadžmentu. Turistički menadžment, odnosno upravljanje turizmom. Nužnost menadžmenta u sportu i turizmu.</p> <p>9. STRUČNJACI SPORTA U TURIZMU. Sportski turizam i edukacija. Profil zanimanja animator. Edukacija animatora u sportu i rekreaciji u svijetu. Edukacija animatora u sportu i rekreaciji u Hrvatskoj.</p> <p>10. UPRAVLJANJE KVALITETOM TURISTIČKO-SPORTSKE PONUDE. Turizam, slobodno vrijeme i wellness. Sport kao dio zdravstveno-turističke usluge. Sportske aktivnosti u hotelu. Kvaliteta sporta u hotelskoj ponudi.</p> <p>11. UPRAVLJANJE SPORTSKIM PROFITNIM CENTRIMA U TURIZMU. Izvješćivanje po segmentima. Sport kao izvještajni segment u hotelijerstvu i turizmu Hrvatske. Investicije u sportskom turizmu.</p> <p>12. PRIRODNO-GEOGRAFSKE MOGUĆNOSTI RAZVOJA SPORTSKOG TURIZMA U HRVATSKOJ. Definiranje sportsko-turističkih resursa. Geografske karakteristike turističkih regija Hrvatske i njihove mogućnosti za razvoj sportsko-rekreacijskog turizma.</p> <p>13. MOGUĆNOSTI RAZVOJA SPORTSKOG TURIZMA U HRVATSKOJ. Tržišni parametri razvoja sportskog turizma. Budućnost sportskog turizma u Hrvatskoj. Trendovi sportsko-rekreacijskih aktivnosti turista u Hrvatskoj.</p> <p>14. PROGRAMI I SADRŽAJI RAZVOJA SPORTSKO-REKREACIJSKOG TURIZMA U HRVATSKOJ. Sportska rekreacija i turizam u Hrvatskoj. „Sport za sve“ - suvremeni pokret modernog društva i pokretač aktivnog odmora. Razvojna problematika hrvatskog turizma.</p> <p>15. BUDUĆNOST SPORTSKO REKREACIJSKE PONUDE U TURIZMU HRVATSKE. Prijedlog mjera za unapređenje sportsko rekreacijske ponude u turizmu Hrvatske. Prijedlog sadržaja sportske rekreacije u turističkoj ponudi Hrvatske. Prijedlog suvremene sportsko-rekreacijskeponude.</p> <p>Seminari (svaka tema seobrađuje 2 nastavna sata, osim teme pod red.br. 1. koja se obrađuje 1 nastavni sat)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Uvod u seminarski rad2. Sportska ponuda nekog grada, hotela, turističkog naselja ili sl., te njezin utjecaj na turistička kretanja3. Kretanja na turističkom tržištu aranžmana vezanih uz sport4. Uloga pojedinih sportova u turizmu Hrvatske5. Sportske priredbe i turizam6. Programi animacije u hotelima, turističkim naseljima, itd.7. Oblici sportskog turizma8. „Hrvatska kao zemlja sportskog turizma“
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi. Izrada seminarskih radova i ostalih zadataka.

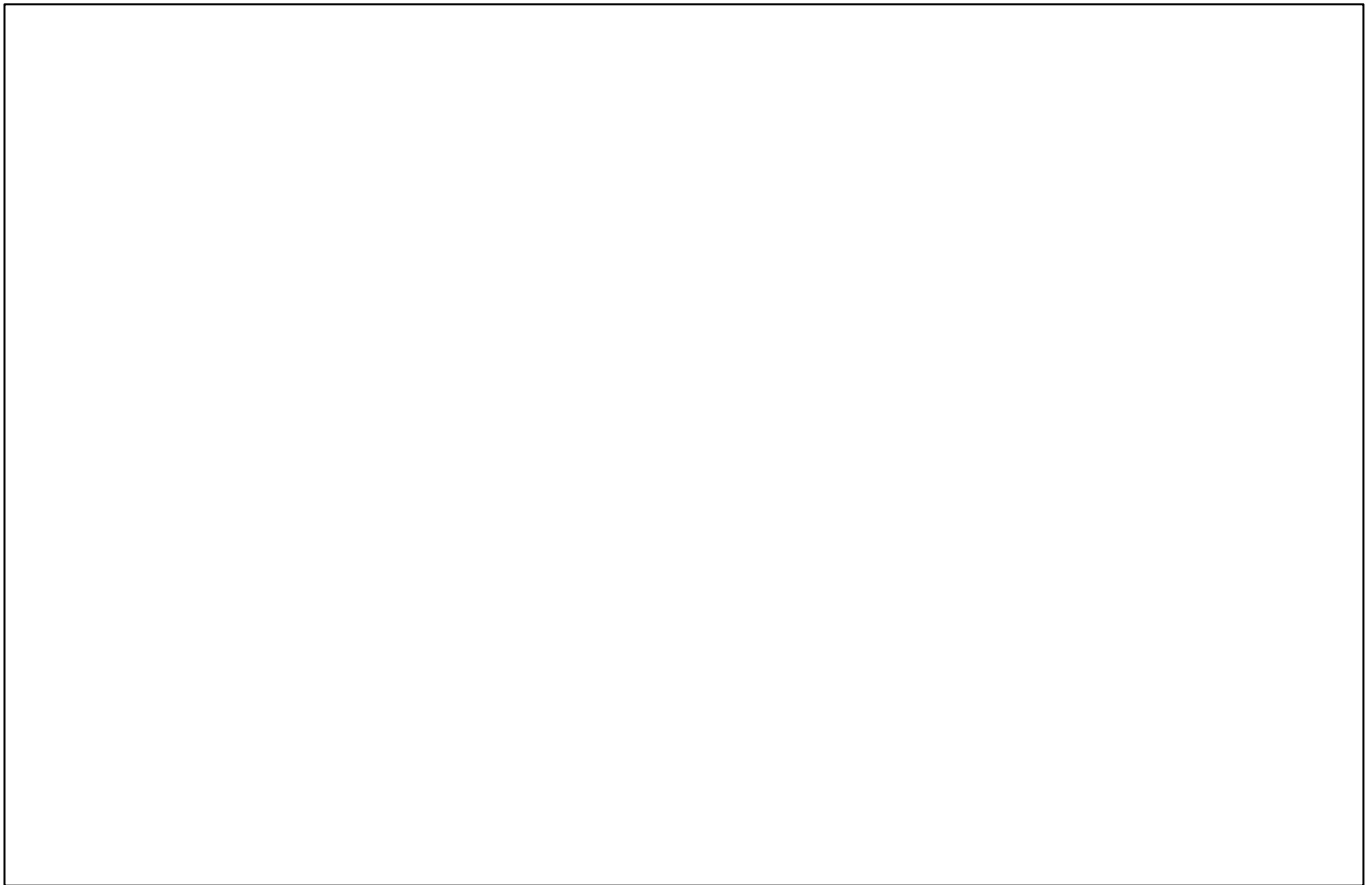


praćenje rada studentata	pohađanje nastave	16%	0.5	kolokvij	50%	1.5
	seminarski rad	34%	1.0	ukupno	3.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Bartoluci, M., Čavlek, N. i suradnici (2007). Turizam i sport – razvojni aspekti. Tourism and Sport – Aspects of Development. Zagreb: Školska knjiga. 2. Bartoluci, M., Škorić, S. (2009). Menadžment sportskog i nautičkog turizma. Karlovac: Veleučilište u Karlovcu					
dopunska literatura	1. Čavlek, N., Bartoluci, M., Prebežac, D., Kesar, O. i sur. (2011). Turizam: Ekonomske osnove i organizacijski sustav. Zagreb: Školska knjiga. 2. Hinch, T., Higham, J. (2004). Sport Tourism Development. Channel View Publications. 3. Ritchie, B. W., Adair, D. (ur.) (2004). Sport Tourism: Interrelationships, Impacts and Issues. Channel View Publications. 4. Bartoluci, M. i sur. (2004). Menadžment u sportu i turizmu. Management in Sport and Tourism. Zagreb: Kineziološki fakultet i Ekonomski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



RASPORED ISPITNIH ROKOVA za 4. godinu u ak. god. 2020./2021.

OBVEZNI PREDMET	šifra	studen		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
		datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
DIDAKTIKA	123700 31086	12.	16.30			28.	10.00	11.	10.00	11.	16.30	13.	16.30			9.	9.00	1.	9.00	26.8.	9.00
EKONOMIKA I MENEDŽMENT SPORTA	123701 31080			3.	16.30			5.	10.00			9.	16.30	7.	16.30	11.	10.00	2.	10.00	27.8.	10.00
KINEZILOŠKA METODIKA U PREDŠKOLSKOM ODGOJU	31106	16.	19.00	7.	19.00			1.	13.00	1.	19.00	12.	19.00	3.	19.00	14.	13.00	5.	13.00	23.08.	13.00
OPĆA KINEZILOŠKA METODIKA	123704 31105	16.	19.00	7.	19.00			1.	13.00	1.	19.00	12.	19.00	3.	19.00	14.	13.00	5.	13.00	23.08.	13.00
TJELESNO AKTIVNOST I ZDRAVLJE	123703			3.	16.30			3.	10.00	24.	16.30	13.	16.30			8.	10.00	1.	10.00	2.	10.00
KINEZILOŠKA METODIKA U OSNOVNOJ ŠKOLSTVU	123718 31107	16.	19.00	7.	19.00			1.	13.00	1.	19.00	12.	19.00	3.	19.00	14.	13.00	5.	13.00	23.08.	13.00
KINEZILOŠKA SOCIOLOGIJA	31088			16.	16.30			2.	10.00	9.	16.30	7.	16.30			9.	10.00	1.	10.00	31.08.	10.00
METODOLOGIJA KINEZIOL. ISTRAŽIVANJA	31077			7.	16.30			1. / 15.	13.00	15.	16.30	12.	16.30	17.	16.30	7. / 21.	13.00			30.8. /	13.00
SPORTSKA MEDICINA I HIGIJENA	31084	11.	14.00	9.	14.00			3.	14.00			14.	14.00			9., 16., 23., 30.	14.00	7.	14.00	1.	14.00
STRANI JEZIK (ENGLJSKI/NJEMAČKI)	31078	19.	16.30	9.	16.30	21.	16.30	10.	16.00					6.	16.30	9.	16.00			30.08.	15.00
STRANI JEZIK (ENGLJSKI/NJEMAČKI)	162572 162573	19.	16.30	9.	16.30	21.	16.30	10.	16.00					6.	16.30	9.	16.00			30.08.	15.00







IZVEDBENI PLAN I PROGRAM NASTAVE 5. GODINE STUDIJA KINEZILOGIJE

KOORDINATORICA 5. GODINE

doc. dr. sc. TATJANA TROŠT BOBIĆ	
kancelarija	202
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom
e-mail	tatjana.trost-bobic@kif.unizg.hr
telefon	+38513658659

IX. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
123953	Kineziološka metodika u srednjem školstvu	prof. dr. sc. Igor Jukić	30	15	30	8.0
31088	Kineziološka sociologija	doc. dr. sc. Sunčica Bartoluci	45	30		5.0
31077	Metodologija kinezioloških istraživanja	prof. dr. sc. Goran Sporiš	30	30		5.0
UKUPNO			105	75	30	18

IZBORNI PREDMETI IX. SEMESTRA

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
124063	Evaluacija kinezioloških tretmana	prof. dr. sc. Goran Sporiš	15		15	
31122	Gerontokineziologija	izv. prof. dr. sc. Mario Kasović	15	15		2.0
124054	Jedrenje na daski	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	6	12	12	2.0
124068	Jedrenje u malim klasama	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	6	12	12	2.0
124068	Kardiopulmonalna reanimacija za kineziologe	izv. prof. dr. sc. Zdravko Babić	15		15	2.0
31129	Napredni engleski u kineziologiji	doc. dr. sc. Darija Omrčen	10		20	2.0
124075	Notacijska analiza	prof. dr. sc. Goran Sporiš	20	10		2.0
124077	Poslovno komuniciranje i medijski nastupi za kineziologe	doc. dr. sc. Diana Tomić	15	15		2.0
31133	Prehrana sportaša	prof. dr. sc. Marjeta Mišigoj-Duraković	15	15		2.0
31134	Prevenција ozljeda sportaša	prof. dr. sc. Saša Janković	15	15		2.0
31224	Sport osoba s invaliditetom	izv. prof. dr. sc. Dubravka Ciliga	6	12	12	2.0
31149	Žene u sportu	prof. dr. sc. Marjeta Mišigoj-Duraković	15	15		2.0
studenti u ovom semestru upisuju 2 izborna predmeta			4 ECTS			



PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA IX. SEMESTRA

Šifra predmeta	PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
124022	Metodika treninga fitnesa II	dr. sc. Asim Bradić	30		30	7.0
123957	Metodika treninga u hrvanju II	izv. prof. dr. sc. Mario Baić	15	15	30	7.0
123959	Metodika treninga u jedrenju II	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	15	15	30	7.0
123963	Metodika treninga u judu II	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	15	15	30	7.0
124027	Menadžment sporta u turizmu	izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	30	15		4.5
124025	Metodika kineziološke rekreacije u slobodno vrijeme II	prof. dr. sc. Mirna Andrijašević	15			2.5
124031	Odabrana poglavlja fizikalne medicine i rehabilitacije	doc. dr. sc. Frane Grubišić	15		15	3.0
124029	Prilagođene tjelesne aktivnosti	izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović	15	15		4.0
124016	Metodika kondicijske pripreme II	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	15	15	30	7.0
123966	Metodika treninga u košarci II	prof. dr. sc. Damir Knjaz	15	15	30	7.0
123967	Metodika treninga u nogometu II	doc. dr. sc. Valentin Barišić	15	15	30	7.0
123969	Metodika treninga u odbojci II	izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković	15	15	30	7.0
162576	Metodika treninga u plesu II	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	15	15	30	7.0
124006	Metodika treninga u skijanju II	izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski	15	15	30	7.0



KINEZILOŠKA METODIKA U SREDNJEM ŠKOLSTVU (123953)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Igor Jukić	
kancelarija		124	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		igor.jukic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658724	
poslijedoktorand		dr. sc. Hrvoje Podnar	
kancelarija		127	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		hrvoje.podnar@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658728	
suradnik		doc. dr. sc. Dario Novak	
e-mail		dario.novak@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		dr. sc. Damir Markuš	
e-mail		damir.markus@ck.t-com.hr	
vanjski suradnik		Davorin Babić, v. pred.	
e-mail		babicd@kbf.hr	
vanjska suradnica		Jasminka Čelik, prof.	
e-mail		jasminka.celik@kif.hr	
vanjska suradnica		Nikolina Anić, prof.	
e-mail		nikolinaanic17@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezni
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	8.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + 1/3 velike dvorane / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	75 sati = 30P + 15S + 30V + mješovito e-učenje + samostalni zadaci + mentorski rad	broj studenata na predmetu	145-150
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za provedbu svih oblika odgojno-obrazovnog rada u tjelesnoj i zdravstvenoj kulturi srednjeg školstva. Osposobiti studente za kvalitetnu izradu izvedbenog nastavnog plana i programa tjelesne i zdravstvene kulture u srednjem školstvu. Osposobiti studente za kvalitetnu provedbu sata tjelesne i zdravstvene kulture u srednjem školstvu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti stečena znanja u nastavi, izvannastavnim i izvanškolskim organizacijskim oblicima rada u srednjem školstvu. Poznavanje plana i programa tjelesne i zdravstvene kulture za gimnazije, tehničke škole i srednje stručne škole propisanog od Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - dobiti znanja o antropološkim obilježjima adolescenata - upoznati ustrojstvo srednjeg školstva - izraditi izvedbeni nastavni plan i program rada tjelesne i zdravstvene kulture za trogodišnje i četverogodišnje obrazovanje u srednjem školstvu - kvalitetno provesti sat tjelesne i zdravstvene kulture u redovitoj nastavi srednjeg školstva - primijeniti posebnosti rada na satima tjelesne i zdravstvene kulture u srednjem školstvu		



	<ul style="list-style-type: none">- poznavati ustanove i zakonodavstvo u sustavu tjelesnog i zdravstvenog područja- poznavati pedagošku i administrativnu funkciju razrednika- shvatiti profesionalna obilježja nastavnika- objasniti metodička načela- 10. poznavati povijest tjelesne i zdravstvene kulture u Hrvatskoj.
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>PREDAVANJA (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. ANTROPOLOŠKA OBILJEŽJA MLADEŽI Adolescencija2. USTROJSTVO OSNOVNOG I SREDNJEG ŠKOLSTVA Srednje školstvo3. PROPISANI NASTAVNI PLANOVI I PROGRAMI U TJELESNOM I ZDRAVSTVENOM PODRUČJU Propisani planovi i programi tjelesne i zdravstvene kulture za srednje školstvo (gimnazijski program, strukovni program)4. PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE NASTAVNOG PROCESA Pristupi izvedbenom planiranju i programiranju u srednjem školstvu5. PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE NASTAVE TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE U SREDNJEM ŠKOLSTVU Posebnosti izvedbenog planiranja i programiranja redovite nastave tjelesne i zdravstvene kulture u srednjem školstvu6. PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE NASTAVE TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE U SREDNJEM ŠKOLSTVU Pripremna faza – posebnosti u srednjem školstvu (procjena dinamičke i/ili statičke aktivacije lokomotornog sustava zaposlenika tijekom rada, procjena energetske potrošnje zaposlenika tijekom rada, izrada prijelaznoga (mjesečnoga) programa)7. PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE NASTAVE TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE U SREDNJEM ŠKOLSTVU Završna faza – posebnosti u srednjem školstvu (izbor programskih cjelina, vrednovanje programskih cjelina) Model izvedbenog plana i programa redovite nastave tjelesne i zdravstvene kulture u obrtničkom razrednom odjelu srednjeg školstva8. PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE IZBORNE NASTAVE TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE Model izvedbenog plana i programa izborne nastave tjelesne i zdravstvene kulture za obrtnički razredni odjel u srednjem školstvu – po spolu mješoviti razredni odjel Model izvedbenog plana i programa izborne nastave tjelesne i zdravstvene kulture za obrtnički razredni odjel u srednjem školstvu – istospolni razredni odjel9. PRIPREMANJE NASTAVNOG PROCESA Posebnosti rada na satima tjelesne i zdravstvene kulture u srednjem školstvu10. STRUČNA DOKUMENTACIJA Osobna stručna dokumentacija; Školska stručna dokumentacija11. USTANOVE I ZAKONODAVSTVO U SUSTAVU TJELESNOG I ZDRAVSTVENOG PODRUČJA Ustanove; Zakonodavstvo12. RAZREDNIŠTVO Pedagoška funkcija; Administrativna funkcija13. KONFLIKTNE SITUACIJE NA NASTAVI TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE Nasilje na satu; Rješavanje sukoba ili upravljanje kriznim situacijama; Postkonfliktno stanje



14. PROFESIONALNA OBILJEŽJA NASTAVNIKA

Stručnost; Motiviranost; Etičnost; Komunikativnost

15. POVIJEST NASTAVE TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE U HRVATSKOJ

Tjelesna i zdravstvena kultura od prvih tragova do 1874. godine; Tjelesna i zdravstvena kultura do I. svjetskog rata; Tjelesna i zdravstvena kultura između dva svjetska rata; Tjelesna i zdravstvena kultura poslije II. svjetskog rata

VJEŽBE (održavaju se u srednjim školama (nazivi škola s adresama u prilogu))

1. Provedba uzornih i javnih sati tjelesne i zdravstvene kulture u srednjem školstvu (svaki student provodi jedan probni sat i dva sata koja ocjenjuje voditelj vježbi s Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu)

Vježbe se pohađaju u skupinama do deset (10) studenata sukladno članku 44. Državnog pedagoškog standarda (NN br. 63/2008).

STRUČNO-METODIČKA PRAKSA U OSNOVNOM I SREDNJEM ŠKOLSTVU (trajanje 2 x 14 dana; studenti su oslobođeni nastave na fakultetu 2 x 7 dana, a preostale sate odrađuju u dogovoru s mentorom)

STRUČNO-METODIČKA PRAKSA U SREDNJEM ŠKOLSTVU - Provedba individualnih nastavnih sati tjelesne i zdravstvene kulture u osnovnom školstvu (svaki student provodi dva sata koja ocjenjuje mentor)

SEMINARI (nastavne teme navedene pod jednim rednim brojem izvode se dva nastavna sata):

1. Prikaz i pisanje male nastavničke pripreme (cilj sata, određivanje i organizacija nastavnih sadržaja u uvodnom, pripremnom, glavnom A, glavnom B i završnom dijelu sata, bilješka nastavnika)
2. Prikaz i ispunjavanje Pregleda rada (raspored sati, evidencija odjela po razredima i godištima, učenici po posebnom programu, evidencija neplivača, evidencija o pohađanju nastave, praćenje kinantropoloških obilježja, zapažanja o učenicima)
3. Prikaz i ispunjavanje Pregleda rada izvannastavnih aktivnosti (raspored rada, godišnji plan i program, praćenje rada i procjena razine postignuća učenika, dnevnik rada, bilješke o radu)
4. Prikaz i ispunjavanje Imenika (odgojno-obrazovni rad, opisno praćenje i brojčano ocjenjivanje) i Dnevnika razrednog odjela (raspored sati, podaci o Razrednom vijeću, raspored pismenih i praktičnih radova, evidencija nastave) Svjedodžba, Matična knjiga, E-matica, Knjižica učenika i izvješća o uspjehu na polugodištu
5. Izrada izvedbenog nastavnog plana i programa tjelesne i zdravstvene kulture u gimnazijama na osnovi 70 nastavnih sati (pripremna faza)
6. Izrada izvedbenog nastavnog plana i programa tjelesne i zdravstvene kulture u gimnazijama na osnovi 70 nastavnih sati (završna faza)
7. Izrada izvedbenog nastavnog plana i programa tjelesne i zdravstvene kulture u trogodišnjim strukovnim školama na osnovi 35 nastavnih sati i četverogodišnjim strukovnim školama na osnovi 70 nastavnih sati (pripremna faza)
8. Izrada izvedbenog nastavnog plana i programa tjelesne i zdravstvene kulture u trogodišnjim strukovnim školama na osnovi 35 nastavnih sati i četverogodišnjim strukovnim školama na osnovi 70 nastavnih sati (završna faza)

obveze studenata

Redovito pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi.



praćenje rada studenata	pohađanje nastave	12%	1	kolokvij	12%	1
	pismeni ispit	25%	2	seminarski rad	12%	1
	usmeni ispit	39%	3	ukupno	8 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Neljak, B. (2013.). Kineziološka metodika u osnovnom i srednjem školstvu. Priručnik, Gopal d.o.o., Zagreb., ISBN 978-953-6730-98-82. Markuš, D., Neljak, B., i Trstenjak, B. (2009). Računalni program „Kineziološka kultura – Srednja škola“. DVD, verzija 1.0.09, Čakovec: Pulsar d.o.o.3. Plan i program tjelesne i zdravstvene kulture za gimnazije, tehničke škole i srednje stručne škole (1992). Zagreb: Ministarstvo prosvjete, kulture i športa.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Kurikulum nastavnog predmeta Tjelesna i zdravstvena kultura za osnovne škole i gimnazije (2019). Dostupno na poveznici: https://skolazazivot.hr/wp-content/uploads/2020/06/TZK_kurikulum.pdf2. Prijedlog metodičkog priručnika za predmet Tjelesna i zdravstvena kultura za 1. razred SŠ (2019). Dostupno na poveznici: https://skolazazivot.hr/obrazovni-sadrzaji/metodicki-prirucnici/metodicki-prirucnici-za-srednju-skolu/3. Vlada Republike Hrvatske (2014). Strategija obrazovanja, znanosti i tehnologije. Dostupno na poveznici: http://www.kvalifikacije.hr/sites/default/files/news/2018-01/Nacrt-prijedloga-strategije-obrazovanja-znanosti-i-tehnologije.pdf4. Metodološki priručnici za izradu kurikularnih dokumenata (2016). Dostupno na poveznici: http://www.kurikulum.hr/11-1-2016-metodoloski-prirucnici-za-izradu-kurikularnih-dokumenata/5. Neljak, B., Novak, D., Bajan, D. (2007). Zadovoljstvo učenika srednjih škola nastavom tjelesne i zdravstvene kulture. Zbornik: Antropološke, metodičke, metodološke i stručne pretpostavke rada u područjima edukacije, sporta i sportske rekreacije i kineziterapije, Ministarstvo znanosti, obrazovanja i športa Republike Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Poreč: Hrvatski kineziološki savez, 327-334.6. Plan i program tjelesne i zdravstvene kulture za gimnazije, tehničke škole i srednje stručne škole (1992). Zagreb: Ministarstvo prosvjete, kulture i športa. Hrvatske,					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					
nastavnici za realizaciju vježbi	<ol style="list-style-type: none">1. Ana Matković, prof., Škola za primalje, Vinogradska 292. Antonio Perić, prof., III. Gimnazija, Kušlanova 523. Damir Kršić, prof., I. Gimnazija, Av. Dubrovnik 364. Goran Berić, prof., XI. Gimnazija Zagreb, Savska cesta 775. Goran Orešković, prof., Gimnazija Lucijana Vranjanina, Trg hrvatskih pavlina 1.6. Ivana Kutle, prof., Druga ekonomska škola, Dobojska 17. Ivana Pečinić, prof., Graditeljska tehnička škola, Al. Večeslava Holjevca 178. Ljiljana Neljak, prof., Škola za tekstil, kožu i dizajn, Prolaz Baruna Filipovića 126.9. Luka Kumbrija, prof., III. Gimnazija, Kušlanova 5210. Maja Krčelić Petrović, prof., XI. Gimnazija, Savska cesta 7711. Marinko Cvitković, prof., Graditeljska tehnička škola, Av. V. Holjevca 1712. Meri Matušan, prof., I. Gimnazija, Av. Dubrovnik 3613. Mislav Papec, prof., Škola za grafiku, dizajn i medijsku produkciju, Getaldićeva 214. Nikolina Anić, prof., Gimnazija Lucijana Vranjanina, Trg hrvatskih pavlina 1.15. Nikolina Skender, prof., I. Gimnazija, Av. Dubrovnik 3616. Orest Žunković, prof., Graditeljska tehnička škola, Av. V. Holjevca 1717. Suzana Loborec Petanjek., Gimnazija Lucijana Vranjanina, Trg hrvatskih pavlina 1.18. Tomislav Kramarić, prof., XIII. Gimnazija, Al. Večeslava Holjevca 1719. Martina Rastovski, prof., XIII Gimnazija, Al. Večeslava Holjevca 17					



KINEZILOŠKA SOCIOLOGIJA (31088)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Sunčica Bartoluci	
kancelarija		141/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		suncica.bartoluci@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658608	
nastavnik		izv. prof. dr. sc. Benjamin Perasović	
kancelarija		141/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ben.perasovic@gmail.com	
vanjski suradnik		izv. prof. dr. sc. Leo Rafolt	
kancelarija		141/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		leo.rafolt@gmail.com	
vanjski suradnik		Marko Marelić, mag. sociologije	
kancelarija		141/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		marelic.marko@gmail.com	
vanjski suradnik		Dino Vukušić, mag. sociologije	
kancelarija		141/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		dino.vukusic01@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezni
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	75 sati = 45P + 30S + samostalni zadaci	broj studenata na predmetu	165 - 170
ciljevi predmeta	Usvajanje znanja o društvu, sportu kao društvenom fenomenu i odnosu sociologije i kineziologije. Razumijevanje društva, društvenih procesa i institucija iz različitih paradigmatičkih perspektiva uz razvijanje vlastitog kritičkog mišljenja i razlikovanja znanstvenog od drugih diskursa svakodnevnog života.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Kineziološka sociologija omogućuje studentima usvajanje znanja o sportu kao o jednoj od temeljnih društvenih institucija kojom se razvija kritički pogled kako na sport tako i na društvo u cjelini. Isto tako, analizirajući što se nalazi "iza" i "izvan" rezultata, statistike i pojedinog sporta, stječe se uvid u dublje značenje sporta kao dijela društva i kulture u kojoj živimo. Razumijevanje društvenih odnosa i procesa koji utječu na tjelesni odgoj, sport i sportsku rekreaciju te njihov utjecaj na razvoj pojedinca i obrnuto ključan je ishod učenja navedenog programa.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U oblikovanju ishoda učenja Kineziološke sociologije, polazeći od jasno utvrđenih zadaća ovog nastavnog predmeta, studenti će moći definirati i analizirati: sport kao društveni i znanstveni fenomen; društvenu ulogu sporta, tjelesnog vježbanja te sportske rekreacije u hrvatskom, ali i širem kontekstu; teorijske doprinose istraživanju sporta kao društvenog fenomena; socijalizacijske uloge sporta, tjelesnog vježbanja i zdravlja te ulogu primarnih (obitelji) i sekundarnih (škola, grupa vršnjaka, sportski klub, religija, mediji)		



	<p>društvenih institucija na sam proces socijalizacije u sport i tjelesno vježbanje; socijalnu stratifikaciju (ekonomsku, rodnu, tjelesnu) kao temeljno određenje sporta; devijaciju i probleme koji su vezani za suvremeni sport (nasilje, navijački izgredi, doping); sport kao sredstvo političkih elita; sport, životni stil i subkulturni identitet; sport u svijetu medija. U okviru ovog nastavnog predmeta će studenti, budući nastavnici i treneri steći neophodna znanja za uspješan rad u klupskom i školskom sportu kao i u sportu osoba s invaliditetom.</p>
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja (svaka tema se izvodi se 2 nastavna sata):</p> <ol style="list-style-type: none">1. Sociologija kao opća znanost o društvu2. Sport kao društveni i znanstveni fenomen3. Teorijske perspektive u sociologiji sporta (funkcionalističke, konfliktne, interakcionističke)4. Sociologija sporta u Hrvatskoj i svijetu5. Metode istraživanja u sociologiji sporta6. Društveni razvoj sporta – od igre do suvremenog sporta7. Socijalizacija i sport: obitelj kao agens socijalizacije8. Sustav obrazovanja kao agens socijalizacije9. Obrazovanje i sport10. Religija (svjetske religije, novi religiozni pokreti, sekte)11. Religija i sport12. Socijalna stratifikacija i sport13. Ekonomska stratifikacija - sport kao <i>big-business</i>14. Rodna stratifikacija i sport. Feminizam.15. Devijantnost i sport16. Nasilje u sportu17. Politika i sport18. Nacionalni identitet i sport19. Sociološke teorije navijačkog ponašanja20. Sociologija i nogometni huliganizam21. Sport i mediji22. Budućnost sporta. Globalizacija i sport. <p>Seminari (svaka tema se izvodi 2 nastavna sata):</p> <ol style="list-style-type: none">1. Društveni razvoj sporta – od igre do suvremenog sporta. Čovjek kao <i>homo ludens</i>.2. Socijalizacija i sport: obitelj kao agens socijalizacije (studije slučaja)3. Sustav obrazovanja kao agens socijalizacije, obrazovanje i sport (studije slučaja)4. Religija (svjetske religije, novi religiozni pokreti, crkve, sekte, denominacije, kultovi)5. Religija i sport6. Socijalna stratifikacija i sport: ekonomska stratifikacija - sport kao <i>big-business</i>.7. Globalizacija i sport. „Logiranje“ sporta i sportskih zvijezda. Mekdonaldizacija sporta i društva.8. Rodna stratifikacija i sport. Feministički pokreti, pitanje „jednakosti“ i „ravnopravnosti“.9. Devijacija i njezine manifestacije u sportu. Nasilje kao obilježje suvremenog sporta. Doping i sport.10. Politika i sport. Ideologije i sport.11. Nacionalizam. Nacionalni identitet i sport.12. Sociološke teorije navijačkog ponašanja.13. Sociologija i nogometni huliganizam.14. Sport, životni stil i subkulturni identitet. Ekstremni sportovi.15. Sport i mediji



obveze studenata	Prisustvovanje nastavi je obvezno (70% nužno za dobivanje potpisa). Studenti kategorizirani kao vrhunski sportaši imaju pravo na izostanke u skladu s odlukom Fakultetskog vijeća. To ih ne oslobađa svih drugih obveza u vezi kolegija. Uvjeti za dobivanje potpisa: redovito sudjelovanje na nastavi i ispunjavanje seminarskih obveza s kojima su studenti upoznati na početku semestra.				
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.5	kolokvij	60% 3
	seminarski rad	30%	1.5	ukupno	5 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Coakley, J. J.(2015). Sports in Society: Issues and Controversies. McGraw-Hill, Eleventh edition.2. Coakley, J. & Dunning, E. (Eds.) (2004). Handbook of Sports Studies. London, Thousand Oaks, New Delhi: SAGE Publications.3. Giddens, A. (2007). Sociologija. Zagreb: Nakladni zavod Globus.4. Žugić, Z. (1996). Uvod u sociologiju sporta: sport kao znanstveni i društveni fenomen. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.5. Žugić, Z. (2000). Sociologija sporta. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.				
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Giulianotti, R. (2008). Sport. Krićka sociologija. Beograd: Clio.2. Vrcan, S. (2003). Nogomet,politika,nasilje. Zagreb: Jesenski i Turk.				
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.				



METODOLOGIJA KINEZIOLGIJSKIH ISTRAŽIVANJA

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Goran Sporiš	
kancelarija		122	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		goran.sporis@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658722	
nastavnik		doc. dr. sc. Vlatko Vučetić	
kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658663	
suradnica		Marijana Briški Gudelj, dipl. bibl.	
e-mail		marijana.briski.gudelj@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		Jere Gulin, mag.cin.	
kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 8)	
e-mail		jere.gulin@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		Stipo Dajaković, mag.cin.	
e-mail		stipo.dajakovic@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezni
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30S	broj studenata na predmetu	180 - 185
ciljevi predmeta	Usvajanje osnovnih metoda istraživanja u kineziologiji koje omogućuju praćenje faza istraživanja: izbor i pristup problemu istraživanja, pregled dosadašnjih istraživanja, odabir cilja istraživanja, oblikovanje hipoteza, prikupljanje informacija (podataka: odabir uzoraka ispitanika i određivanje manifestnih varijabli primjerenih odabranoj temi istraživanja), analiza podataka (analiza latentnog sadržaja manifestnih varijabli, korelacijski, regresijski i kanonički pristup relacijama skupova varijabli, utvrđivanje razlika između karakterističnih skupina kinezioloških subjekata, multidimenzionalno skaliranje i taksonomski pristup, utvrđivanje kvantitativnih i kvalitativnih (strukturnih) promjena), interpretacija rezultata. Pisanje izvještaja, izlaganje i objavljivanje rezultata istraživanja (pismeno, usmeno, multimedijalno). Pristupi i kriteriji pri odabiru područja, primjerene teme i odgovarajuće metodologije završnog (diplomskog/specijalističkog) rada. Razrada i realizacija prijave projekta diplomskog rada.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Razina teorijskog i praktičnog poznavanja metodologije znanstvenog i stručnog rada koji osposobljava studenta za odgovaran pristup pri odabiru područja, primjerene teme i odgovarajuće metodologije za koncipiranje istraživanja u kineziologiji. Na temelju poznavanja osnovnih rezultata istraživanja o utjecaju tjelesne aktivnosti na psihosomatski sustav čovjeka prepoznati mogućnosti definiranja relevantnih parametara općeg modela kineziološkog transformacijskog procesa s mogućim promjenama antropoloških obilježja, motoričkih znanja i zdravlja, kao i s odgojnim i drugim efektima kinezioloških transformacija.		



očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Poznavanje recentnih rezultata i odgovarajuće metodologije istraživanja koja omogućuje razumijevanje rezultata znanstveno-istraživačkog i stručnog rada u kineziologiji.- Poznavanje metodologije pretraživanja znanstveno-informacijskih izvora: publikacije s područja kineziologije i srodnih disciplina.- Koncipiranje manjih teorijskih ili empirijskih istraživanja kinezioloških transformacija s težištem na moguće promjene antropoloških obilježja, motoričkih znanja i zdravlja kao i na odgojne i druge efekte kinezioloških transformacija.- Metode istraživanja u kineziologiji: izbor i pristup problemu istraživanja, pregled dosadašnjih istraživanja, formuliranje hipoteza, prikupljanje informacija (podataka: odabir uzoraka ispitanika i određivanje manifestnih varijabli primjerenih odabranoj temi istraživanja), analiza podataka (analiza latentnog sadržaja manifestnih varijabli, korelacijski, regresijski i kanonički pristup relacijama skupova varijabli, utvrđivanje razlika između karakterističnih skupina kinezioloških subjekata, multidimenzionalno skaliranje i taksonomski pristup, utvrđivanje kvantitativnih i kvalitativnih (strukturalnih) promjena), interpretacija rezultata.- Pisanje izvještaja, izlaganje i objavljivanje rezultata istraživanja (pismeno, usmeno, multimedijalno).- Osposobljenost studenata za odgovoran pristup pri odabiru područja, primjerene teme i odgovarajuće metodologije završnog (diplomskog/specijalističkog) rada. Razrada i realizacija prijave projekta diplomskog rada.
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja</p> <ol style="list-style-type: none">1. Metodološke osnove istraživanja u kineziologiji. Metodološki principi i svrhovitost istraživanja. (P2)2. Znanstveno utemeljenje procesa vježbanja, dijagnostičke i prognostičke operacije. Samosvojsnost, interdisciplinarnost i predmet istraživanja u kineziologiji. (P2)3. Izobrazba, kvalifikacija i organizacijske forme znanstveno-istraživačkog i stručnog djelovanja u područjima kineziologijske znanosti. (P1)4. Vrste istraživanja: fundamentalna, primijenjena i razvojna. Teorijska i empirijska istraživanja u kineziologiji. (P1)5. Teme znanstveno istraživačkog rada i njihov položaj u odnosu na strukturu kineziologije te odnos kineziologije s ostalim znanostima. (P2)6. Periodične publikacije u području kineziologije i srodnim disciplinama. (P2)7. Metode istraživanja u kineziologiji: Struktura i faze istraživanja. Formuliranje problema, pregled dosadašnjih istraživanja. Ciljevi istraživanja. (P1)8. Metode istraživanja u kineziologiji: Metode za generiranje hipoteza. (P1)9. Metode istraživanja u kineziologiji: Metode za prikupljanje informacija (podataka). (P2)10. Metode istraživanja u kineziologiji: Metode za analizu podataka. (P2)11. Metode istraživanja u kineziologiji: Interpretacija rezultata. (P2)12. Pisanje izvještaja, izlaganje i objavljivanje rezultata istraživanja (pismeno, usmeno, multimedijalno). (P2)13. Sastavljanje znanstvenih i stručnih radova. Individualni i timski rad, autorstvo i patenti. (P2)14. Postupak i kriteriji za podnošenje zahtjeva za odobrenje teme diplomskog rada. (P2)15. Kriteriji za odabir uzoraka ispitanika i određivanje manifestnih varijabli primjerenih odabranoj temi rada. (P2)16. Model istraživanja s analizom latentnog sadržaja manifestnih varijabli u kineziologiji i srodnim disciplinama. (P2)



17. Model istraživanja za korelacijski, regresijski i kanonički pristup relacijama skupova varijabli. (P2)
 18. Model istraživanja za utvrđivanje razlika između karakterističnih skupina kinezioloških subjekata. (P2)
 19. Model istraživanja za multidimenzionalno skaliranje i taksonomski pristup kineziološkim pojavama. (P2)
 20. Model istraživanja za utvrđivanje kvantitativnih i kvalitativnih (strukturnih) promjena. (P2)
 21. Razrada i realizacija prijave projekta diplomskog rada. (P2)
- Seminari** (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata)
1. Formiranje grupa i organizacija rada te formiranje osnovne baze podataka o sudjelovanju na seminaru.
 2. Analiza osobnog postignuća na studiju (osobni podaci iz indeksa, referentni podaci godine), osobni razlozi upisa na fakultet, očekivanja i ostvarenja na Kineziološkom fakultetu (esej – slobodna forma pismenog izražavanja, pomoćna građa (Quick Study – Essays & Term Papers).
 3. Pregled periodičnih publikacija (znanstveni i stručni časopisi) s područja kineziologije i srodnih znanstvenih disciplina. Izbor objavljenog priloga koji ukazuje na područje interesa studenata u odnosu na strukturu kineziologije i predmet istraživanja. Fundamentalna i primjenjena istraživanja u kineziološkim publikacijama.
 4. Manifestne varijable i indikatori relevantni za opis kinezioloških pojava u kineziologiji i bliskim znanstvenim područjima – 4.1. BAZIČNA ANTROPOLOŠKA SVOJSTVA - 4.1.1. Morfološke karakteristike Znanstveno stručni skupovi. Umijeće izlaganja (pomoćna građa Quick Study).
 5. Manifestne varijable i indikatori relevantni za opis kinezioloških pojava u kineziologiji i bliskim znanstvenim područjima – 4.1. Bazična antropološka svojstva - 4.1.2. Motoričke sposobnosti i 4.1.3. Funkcionalne sposobnosti. Priprema pratećih sadržaja (plakat i/ili multimediji).
 6. Manifestne varijable i indikatori relevantni za opis kinezioloških pojava u kineziologiji i bliskim znanstvenim područjima – 4.1. Bazična antropološka svojstva - 4.1.4. Kognitivne sposobnosti, konativne osobine, socioekonomski status, mikrosocijalni status, stavovi, vrijednosti i interesi, motivacija. Reprezentativnost uzoraka ispitanika i uzoraka varijabli te mogućnost generalizacije rezultata.
 7. Manifestne varijable i indikatori relevantni za opis kinezioloških pojava u kineziologiji i bliskim znanstvenim područjima – 4.2. Kriterijska svojstva sudionika u kineziološkim aktivnostima - 4.2.1 Manifestne specifične situacijske dimenzije kinezioloških aktivnosti 4.2.2. Manifestne situacijske dimenzije registracija aktivnosti. Mjerljivost kinezioloških pojava.
 8. Integritet, vjerodostojnost i metrijska svojstva podataka. Manifestne varijable i indikatori relevantni za opis kinezioloških pojava.
 9. Bivarijantni pristup analize relacija između varijabli i indikatora u kineziološkim istraživanjima.
 10. Latentni sadržaj manifestnih varijabli u kineziologiji i bliskim znanstvenim područjima.
 11. Multivarijantna nadgradnja analize relacija između varijabli (opći kanonički korelacijski pristup i njegovi specijalni slučajevi) u kineziološkim istraživanjima.
 12. Taksonomski pristup (metode taksonomske/klaster analize, multidimenzionalnog skaliranja) u kineziološkim problemima.



	13. Utvrđivanje razlika tipičnih skupina između skupina ispitanika formiranih na temelju kineziološki relevantnih kriterija. 14. Metodologija za utvrđivanje efekata kinezioloških tretmana. 15. Izbor teme, formalni zahtjevi i metodologija prijavljivanja teme diplomskog rada.					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.5	referat	10%	0.5
	istraživanje	20%	1	pismeni ispit	20%	1
	seminarski rad	20%	1	usmeni ispi	20%	1
	ukupno				5 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Čular, D., Šamija, K., Sporiš, G., (2017) <i>Kako pripremiti, napisati i objaviti znanstveni rad u kineziologiji i sportu</i>, Split: Sveučilište u Splitu, Kineziološki fakultet2. Prskalo, I., Sporiš, G. (2016), <i>Kineziologija</i>, Zagreb: Školska knjiga, Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu3. Jurko, D., Čular, D., Badrić, M. i Sporiš, G. (2015), <i>Osnove kineziologije</i>, Zagreb: Sportska knjiga4. Jukić, I., Vučetić, V., Aračić, M., Bok, D., Dizdar, D., Sporiš, G., Križanić, A., (2008) <i>Dijagnostika kondicijske pripremljenosti vojnika: osnove dijagnostičkih postupaka za praćenje i provjeravanje te kontrolu razine</i>					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Halmi, A. (1999). <i>Temelji kvantitativne analize u društvenim znanostima</i>. Zagreb: Alinea.2. Prot, F. (1996). <i>Metode, modeli i algoritmi za analizu kvalitativnih promjena pod utjecajem kinezioloških transformacijskih operatora</i>. (Disertacija), Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.3. Sparks, A. C. (Ed.) (1992). <i>Research in physical education and sport - Exploring alternative visions</i>. The Elmer Press, London, Washington D.C.4. Supek, R. (1981). <i>Ispitivanje javnog mnijenja</i>. Zagreb: SNL.5. Mraković, M. (1994). <i>Uvod u sistematsku kineziologiju</i>. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



NAPOMENA detaljne informacije o provedbi nastave pojedinih predmeta nalaze se u sustavu **Merlin**

KINEZIOLŠKA METODIKA U SREDNJEM ŠKOLSTVU - teorijska predavanja počinju od 1. tjedna nastave (od 5.10.), a održavat će se online prema uputama u sustavu Merlin
seminari započinju od 8. tjedna nastave (od 23.11.) prema rasporedu, a održavat će se online prema uputama u sustavu Merlin
vježbe započinju od 1. tjedna nastave (od 5.10.), a održavat će se prema rasporedu u 1/3 velike dvorane (dvorane E)

KINEZIOLŠKA SOCIOLOGIJA - nastava seminara kreće od 1. tjedna i održavati će se u potpunosti on-line

METODOLOGIJA KINEZIOLŠKIH ISTRAŽIVANJA - nastava seminara kreće od 1. tjedna i održavati će se u potpunosti online

IZBORNI SMJEROVI

IS - HRVANJE - nastava će se održavati prema dogovoru s predmetnim nastavnikom

IS - JEDRENJE - nastava će se održavati prema dogovoru s predmetnim nastavnikom

IS - JUDO - nastava će se održavati prema dogovoru s predmetnim nastavnikom

IS - KINEZIOLŠKA REKREACIJA - uvodno predavanje će se održati u utorak 06.10.2020. godine u 13.15 u P2
(ostala kontaktna nastava svaki drugi tjedan: 20.10. / 01.11. / 17.11. / 1.12. / 15.12. / 19.1. / 2.2.)

Metodika kineziološke rekreacije u slobodno vrijeme 1 - nastava će se odvijati preko Merlina i MS Teams-a, a počinje u tjednu od 19.10.2020. godine

IS - KINEZITERAPIJA - nastava će se održavati prema rasporedu i u dogovoru s predmetnim nastavnicima

IS - KONDICIJSKA PRIPREMA SPORTAŠA - prva 3 tjedna, nastava će se održavati on-line, a nakon toga u teretani

IS - KOŠARKA - nastava će se održavati prema dogovoru s predmetnim nastavnikom

IS - NOGOMET - nastava će se održavati prema rasporedu i u dogovoru s predmetnim nastavnikom

IS - ODBOJKA - nastava će se održavati prema dogovoru s predmetnim nastavnikom

IS - PLES - nastava će se održavati prema dogovoru s predmetnom nastavnicom

IS - SKIJANJE - nastava će se održavati prema rasporedu i u dogovoru s predmetnim nastavnikom

IZBORNI PREDMETI

EVALUACIJA KINEZIOLŠKIH TRETMANA (IP-EKT) - nastava će se održavati od 1. tjedna nastave petkom od 11.30 sati on-line uživo

GERONTOKINEZILOGIJA (IP-GK) - nastava će se održavati u dogovoru s nasteljem predmeta

JEDRENJE NA DASKI (IP-JND) - nastava će se održavati u dogovoru s nasteljem predmeta

JEDRENJE U MALIM KLASAMA (IP-JMK) - nastava će se održavati u dogovoru s nasteljem predmeta

KARDIOPULMONALNA REANIMACIJA ZA KINEZIologe (IP-KPRK) - nastava počinje od 1. tjedna petkom u 13.15 sati u predavaonici A1

NAPREDNI ENGLSEKI U KINEZILOGIJI (IP-NAPENG) - nastava počinje od 1. tjedna nastave prema rasporedu

NOTACIJSKA ANALIZA (IP-NOTANAL) - nastava će se održavati četvrtkom u 8.00 sati on-line

POSLOVNO KOMUNICIRANJE I MEDIJSKI NASTUPI ZA KINEZIologe (IP-PKIMNK) - nastava će se održavati on-lin uživo po grupama petkom od 9.45 - 11.15 i od 11.30 - 13
datumi održavanja seminara su: 30.10. / 20.11. / 27.11. / 18.12. / 8.1. / 15.1 / 22.1.

PREHRENA SPORTAŠA (IP-PS) - nastava će se održavati prva četiri tjedna on-line pute Microsoft Teams-a. Uvodno predavanje održati će se on-line putem Teamsa u petak 9.

PREVENCIJA OZLJEDA SPORTAŠA (IP-POS) - nastava će se održavati on-line

SPORT OSOBA S INVALIDITETOM (IP-SOI) - nastava će se održavati prema rasporedu i u dogovoru s predmetnom nastavnicom

ŽENE U SPORTU (IP-ŽUS) - nastava će se održavati on-line. Uvodno predavanje održati će se on-line putem Microsoft Teams-a 9.10.2020. godine u 9.45 - 11.15 sati



IZBORNI PREDMETI IX. SEMESTRA

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
124063	Evaluacija kinezioloških tretmana	prof. dr. sc. Goran Sporiš	15		15	
31122	Gerontokineziologija	izv. prof. dr. sc. Mario Kasović	15	15		2.0
124054	Jedrenje na daski	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	6	12	12	2.0
124068	Jedrenje u malim klasama	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	6	12	12	2.0
124068	Kardiopulmonalna reanimacija za kineziologe	izv. prof. dr. sc. Zdravko Babić	15		15	2.0
31129	Napredni engleski u kineziologiji	doc. dr. sc. Darija Omrčen	10		20	2.0
124075	Notacijska analiza	prof. dr. sc. Goran Sporiš	20	10		2.0
124077	Poslovno komuniciranje i medijski nastupi za kineziologe	doc. dr. sc. Diana Tomić	15	15		2.0
31133	Prehrana sportaša	prof. dr. sc. Marjeta Mišigoj-Duraković	15	15		2.0
31134	Prevenција ozljeda sportaša	prof. dr. sc. Saša Janković	15	15		2.0
31224	Sport osoba s invaliditetom	izv. prof. dr. sc. Dubravka Ciliga	6	12	12	2.0
31149	Žene u sportu	prof. dr. sc. Marjeta Mišigoj-Duraković	15	15		2.0
studenti u ovom semestru upisuju 2 izborna predmeta			4 ECTS			



EVALUACIJA KINEZILOŠKIH TRETMANA (124063)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Goran Sporiš	
kancelarija		122	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		goran.sporis@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658722	
nastavnik		doc. dr. sc. Vlatko Vučetić	
kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658663	
vanjski suradnik		Jere Gulin, mag.cin.	
kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 8)	
e-mail		jere.gulin@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V + samostalni zadaci	broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Osposobiti polaznike da mogu samostalno ili kao članovi tima sudjelovati u planiranju i kreiranju nacрта evaluacijskog istraživanja vodeći računa o specifičnostima unutar pojedinih domena, i u vezi toga adekvatno opisati i interpretirati prikupljene podatke te prikazati rezultate u formi pisanog evaluacijskog izvješća.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Osnovni pojmovi i logika evaluacije kinzioloških tretmana. Vrste kinezioloških intervencija i smisao njihove evaluacije. Teorijski, metodološki i praktični aspekti evaluacije programa. Modeli evaluacije određivanjem kvantitativnih i kvalitativnih promjena. Nacrta evaluacijskih istraživanja. Planiranje evaluacijskih postupaka (definiranje ciljeva, kriterija i standarda za ocjenu djelotvornosti programa, izbor nacрта istraživanja, izvori i načini prikupljanja evaluacijskih podataka, postupci analize podataka). Izvještavanje o rezultatima evaluacije (elementi i struktura izvještaja, prilagodba korisnicima).		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Ocjena kvantitativnih i/ili kvalitativnih promjena uzrokovanih kineziološkim transformacijskim postupcima opisom i interpretacijom prikupljenih podataka te prikazom rezultata u formi pisanog evaluacijskog izvješća. Osposobiti polaznike da mogu samostalno ili kao članovi tima sudjelovati u planiranju i kreiranju nacрта evaluacijskog istraživanja.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Osnovni pojmovi i principi evaluacije kinzioloških tretmana. Vrste kinezioloških intervencija i smisao njihove evaluacije. (2P+.2V) 2. Teorijski, metodološki i praktični aspekti evaluacije programa; Modeli evaluacije određivanjem kvantitativnih i kvalitativnih promjena; (2P+2V) 3. Nacrta evaluacijskih istraživanja; Planiranje evaluacijskih postupaka (definiranje ciljeva, kriterija i standarda za ocjenu djelotvornosti programa, izbor nacрта istraživanja, izvori i načini prikupljanja evaluacijskih podataka, postupci analize podataka); (3P+3V) 4. Primjer evaluacije određivanjem kvantitativnih promjena; (2P+2V) 5. Primjer evaluacije određivanjem kvalitativnih promjena; (2P+2V)		



	6. Izvještavanje o rezultatima evaluacije (elementi i struktura izvještaja, prilagodba korisnicima). (4P+4V)					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	eksperimentalni rad	25%	0.5
	praktistraživanje	25%	0.5	usmeni ispit	25%	0.5
	ukupno				2 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Jurko, D., Čular, D., Badrić, M. i Sporiš, G. (2015), <i>Osnove kineziologije</i>, Zagreb: Sportska knjiga2. Čular, D., Šamija, K., Sporiš, G., (2017) <i>Kako pripremiti, napisati i objaviti znanstveni rad u kineziologiji i sportu</i>, Split: Sveučilište u Splitu, Kineziološki fakultet3. Jukić, I., Vučetić, V., Aračić, M., Bok, D., Dizdar, D., Sporiš, G., Križanić, A., (2008) <i>Dijagnostika kondicijske pripremljenosti vojnika: osnove dijagnostičkih postupaka za praćenje i provjeravanje te kontrolu razine treniranosti vojnika</i>, Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Momirović, K., Štalec, J., Prot, F., Bosnar, K., Viskić-Štalec, N., Pavičić, L., Dobrić, V. (1984). <i>Kompjuterski programi za klasifikaciju, selekciju, programiranje i kontrolu treninga</i>. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu,2. Momirović, K. (1972). <i>Metode za transformaciju i kondenzaciju kinezioloških informacija</i>. Zagreb: Institut za kineziologiju.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



GERONTOKINEZILOGIJA (31122)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Mario Kasović	
kancelarija		184	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		mario.kasovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658718	
vanjski suradnik		Ivana Svetić Kasović, prof.	
e-mail		is.kasovic@gmail.com	
vanjski suradnik		Filip Bolčević, mag.cin.	
e-mail		filip.bolcevic@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S	broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za rad u području kineziologije vježbanja starije populacije što znači stjecanje znanja i kompetencije da samostalno vode, planiraju, programiraju i organiziraju programe prilagođene starijoj populaciji.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- razumjeti problematiku i specifičnosti rada s starijom populacijom;- primjeniti znanja i kompetencije u planiranju i programiranju, samostalnom vođenju kinezioloških programa;- indentificirati i analizirati efekte s ciljem unapređenja i kvalitete programa		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- razumjeti važnost i ulogu tjelesne aktivnosti i svih njezinih značajki za očuvanje kvalitete života starije populacije;- primjeniti primjerene kineziološke metode rada, sadržaje, pomagala i rekvizite;- samostalno izraditi kineziološki plan i program primjeren karakteristikama životne dobi i zdravstvenog statusa starije populacije;- prepoznati efekte programa i analizirati ih;- surađivati s kompetentnim osobama u području gerijatrije;- prezentirati program i njegove kvalitete.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari <ol style="list-style-type: none">1. Osnovne gerontologijske aspekte kineziologije (3P)2. Procjenu fiziološke dobi u osoba starije životne dobi (3P)3. Značajke funkcionalne sposobnosti osoba starije životne dobi (3P)4. Specifični ciljevi i utjecaj kinezioloških programa u očuvanju funkcijske sposobnosti (3P)5. Utjecaj i kineziološki mehanizmi u prevenciji i rehabilitaciji kroničnih bolesti starije populacije (3P)6. Planiranje, programiranje, izrada, provođenje i kontrola kinezioloških programa namjenjenih starijoj populaciji (3S)7. Izrada, provedba i kontrola programa održanja i poboljšanja funkcijskih sposobnosti starijih osoba (3S)8. Izrada, provedba i kontrola specifičnih programa za prevenciju osteoporoze (3S)		



	9. Izrada, provedba i kontrola specifičnih programa za prevenciju pretilosti i redukciju tjelesne mase (3S) 10. Izrada, provedba i kontrola specifičnih programa za poboljšanje ravnoteže i koordinacije (3S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave te aktivan i konkretan rad na nastavi, rad u grupi te samostalan rad pri rješavanju individualnih zadataka.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	50%	1	seminarski rad	25%	0.5
	usmeni ispit	25%	0.5	ukupno	2 ECTS	
obvezna literatura	1. Mišigoj-Duraković, M., Duraković, Z. (1999). Starija životna dob. u: Tjelesno vježbanje i zdravlje. Zagreb: Grafos, FFK, 75-96. 2. Duraković, Z. i sur. (2008). Gerijatrija. Medixova medicinska biblioteka.					
dopunska literatura	1. Wilmore, I.K., Costill, D.L. Physiology of Sport and Exercise. (odabrana poglavlja). Champaign, Ill.: Human Kinetics Books .					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



JEDRENJE NA DASKI (124054)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Nikola Prlenda				
kancelarija		140/2				
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom				
e-mail		nikola.prlenda@kif.unizg.hr				
telefon		+38513658703				
vanjski suradnik		David Hrabrić mag.cin.				
e-mail		david.hrabric@yahoo.com				
vanjski suradnik		Geromella Dalen prof.				
e-mail		dgeromella@yahoo.com				
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni			
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.			
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz Spotova na vodi.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS			
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + terenska nastava					
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V	očekivani broj studenata na predmetu	44			
ciljevi predmeta	Upoznati se s Jedrenjem na daski kao olimpijskim sportom i njegovim aplikacijskim vrijednostima u području edukacije, rekreacije i sportskog stvaralaštva. Ovladati teoretskim znanjima i motoričkim vještinama potrebnim za upravljanjem daskom za jedrenje.					
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Završetkom izbornog predmeta studenti i studentice stječu znanja i vještine potrebne za samostalno upravljanje daskom za jedrenje.					
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- temeljna teoretska znanja- potrebne vještine upravljanja daskom za jedrenje- znanja i vještine u poduci jedrenja na daski- spoznaje o aplikacijskim vrijednostima Jedrenja na daski na svim razinama odgoja i obrazovanja					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<u>Teorijska predavanja</u> <ol style="list-style-type: none">1. Razvoj jedrenja na dasci kod nas i u svijetu i njegova organiziranost. (2TP)2. Oprema i opremanje u jedrenju na dasci. . (2TP)3. Aerodinamika i propulzija. Principi upravljanja daskom za jedrenje. . (2TP) <u>Teorijsko-praktična predavanja i vježbe</u> <u>Likovi JARBOLNE tehnike:</u> <ol style="list-style-type: none">1. privikavanje na dasku, podizanje jedra, okretanje u mjestu 180 i 360 stupnjeva, start, (2TPP+2V)2. okret uz vjetar (2TPP+2V)3. prihvaćanje, otpadanje – upravljanje jedriljem (2TPP+2V)4. okret niz vjetar, zaustavljanje jedrom (2TPP+2V)5. letanje, kruženje (2TPP+2V)6. jedrenje u različitim smjerovima (oštro uz vjetar, bočnim-polukrmenim i krmenim vjetrom) upravljanje daskom (2TPP+2V)					
obveze studenata	Nazočnost i aktivno sudjelovanje u svim nastavnim segmentima.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	75%	1.5	usmeni ispit	25%	1
				ukupno	2.0 ECTS	



obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Prlenda, N. (2019). Jedrenje i jedrenje na dasci. Nastavni materijal2. Oreb, G. (1986). Naučimo jedriti na dasci. Zagreb: Komisija za udžbenike i skripte Fakulteta za fizičku kulturu.
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. http://www.sailing.org/classesandequipment/olympic/index.php2. http://www.hjs.hr/3. ISAF/HJS. (2016-2020). Pravila jedriličarskih natjecanja. Regatna pravila4. Bornhoft, S.(2003). Jedrenje na dasci. Zagreb: Znanje
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



JEDRENJE U MALIM KLASAMA (124058)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Nikola Prlenda	
kancelarija		140/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		nikola.prlenda@kif.uniizg.hr	
telefon		+38513658703	
vanjski suradnik		Kliba Dario prof.	
e-mail		dario.kliba@gmail.com	
vanjski suradnik		David Hrabrić mag.cin.	
e-mail		david.hrabric@yahoo.com	
vanjski suradnik		Slatki	
e-mail		slatki.dino@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz Spotova na vodi	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + terenska nastava		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V	očekivani broj studenata na predmetu	34
ciljevi predmeta	Upoznati se s Jedrenjem i jedriličarskim klasama kao olimpijskim sportom i njegovim aplikacijskim vrijednostima u području edukacije, rekreacije i agonistike. Ovladati teoretskim znanjima i motoričkim vještinama potrebnim za upravljanjem dvosjedima i trosjedima.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Završetkom izbornog predmeta studenti i studentice stječu znanja i vještine potrebne za samostalno upravljanje dvosjedom i trosjedom.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">• temeljna teoretska znanja;• potrebne vještine upravljanja dvosjedom i trosjedom;• znanja i vještine u poduci jedrenja u malim klasama;• spoznaje o aplikacijskim vrijednostima jedrenja u malim klasama na svim razinama odgoja i obrazovanja.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<u>Teorijska predavanja</u> <ol style="list-style-type: none">1. Razvoj jedrenja kod nas i u svijetu i njegova organiziranost; male klase. (2TP)2. Aplikacijske vrijednosti i utiliteti jedrenja (edukacija, rekreacija, i sportsko stvaralaštvo). (2TP)3. Sistematizacija elemenata tehnike. Aero i hidrodinamika. Propulzija. (2TP) <u>Teorijsko-praktična predavanja i vježbe</u> <p><u>Osnovni elementi tehnike u jedrenju-dvosjed:</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. priprema jedrilice i jedrilja; isplovljavanje, pristajanje; prevrtanje i ispravljanje jedrilice (2TPP+2V)2. upravljanje kormilom; upravljanje jedriljem (2TPP+2V)3. prihvaćanje, otpadanje (2TPP+2V)4. letanje- kruženje (2TPP+2V)5. jedrenje uz vjetar: jedrenje bočnim vjetrom, jedrenje oštro uz vjetar (2TPP+2V)		



	6. jedrenje niz vjetar: jedrenje polukrmenim vjetrom i krmenim vjetrom (2TPP+2V)					
obveze studenata	Nazočnost i aktivno sudjelovanje u svim nastavnim segmentima.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	75%	1.5	usmeni ispit	25%	1
				ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Prlenda, N. (2019). Jedrenje i jedrenje na dasci. Nastavni materijal 2. Driscoll, J. (2003). Jedrenje. Rijeka: Dušević & Kršovnik d.o.o.					
dopunska literatura	1. http://www.sailing.org/classesandequipment/olympic/index.php 2. http://www.hjs.hr/ 3. ISAF/HJS. (2016-2020). Pravila jedriličarskih natjecanja. Regatna pravila 4. Conner, D. & Levitt, M.(1997). Naučite jedriti. Zagreb: Gandalf d.o.o. 5. Dedekam, I. (2004). Trimanje jedara i jarbola. Zagreb: Fabra 6. Vitaljić, S. (2005). Biti brži. Zagreb 7. Bond, B. (1980). Sve o jedrenju. Zagreb: Mladost.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KARDIOPULMONALNA REANIMACIJA ZA KINEZIOLOGE (124068)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Zdravko Babić	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		zbabic@net.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line u sustavu Merlin i Microsofte Teams-u + terenska nastava u bolnici		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V	broj studenata na predmetu	30
ciljevi predmeta	<p>Tijekom svakodnevnog rada diplomirani kineziolog predvodi tjelesnu aktivnost, nerijetko i teškog stupnja, osoba različitih dobnih skupina i često nepoznatog zdravstvenog stanja. Prilikom toga, osim do ozljeda, može doći do teških poremećaja kardiorespiratornog sustava koje mogu dovesti do gubitka svijesti, prestanka disanja ili rada srca poznatih kao kardiorespiratorni arrest ili iznenadna smrt. Urgentno prepoznavanje stanja i započinjanje kardiopulmonalne reanimacije ili oživljavanja omogućava premošćivanje vremena do dolaska hitne medicinske pomoći i preživljavanje unesrećenoga. Gubitak neprocjenjivih prvih minuta u stanju kardiorespiratornog aresta može dovesti ili do teških trajnih posljedica ako zakašnjela kardiopulmonalna reanimacija uspije ili do definitivnog smrtnog ishoda unesrećenoga.</p> <p>Cilj izbornog predmeta Kardiopulmonalna reanimacija za kineziologe je stjecanje znanja o najčešćim uzrocima i učestalosti kardiopulmonalnog aresta, mogućnostima njegovog ranog otkrivanja i prevencije. Prikazat će se povijesni razvoj kardiopulmonalne reanimacije te govoriti o lancu preživljavanja u kojem je onaj koji prisustvuje nagloj smrti i započne mjere oživljavanja jednako važan kao i medicinsko osoblje koje nastavi s liječenjem unesrećenog. Najveći dio izbornoga predmeta bit će posvećen osnovnom održavanju života odraslih. Pristupnici će, prvo teoretski, a potom i praktično kroz vježbe, učiti o vještinama prepoznavanja kardiorespiratornog aresta, umjetnog disanja, vanjske masaže srca te upotrebe vanjskog automatskog defibrilatora srca. Prikazat će se i specifičnosti osnovnog održavanja života djece i utopljenika, skupina unesrećenih s kojima se diplomirani kineziolog u svome radu također može susresti. Na kraju će biti prikazano i napredno održavanje života koje, u nastavku osnovnog održavanja života, provode liječnici i ostalo zdravstveno osoblje do oporavka unesrećenog ili objave smrti.</p>		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- sigurna provedba programa tjelesne i zdravstvene kulture;- sigurna provedba programa tjelesnog vježbanja djece i odraslih		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<p>Studenti će biti osposobljeni za:</p> <ul style="list-style-type: none">- rano prepoznavanje kardiorespiratornog aresta (gubitka svijesti, prestanka disanja i rada srca),- prevenciju prijetećeg kardiorespiratornog aresta,- primjenu različitih oblika osiguravanja prohodnosti dišnih puteva,- izvođenje umjetnog disanje,- izvođenje vanjske masaže srca,- upotrebu vanjskog automatskog defibrilatora srca,		



	- izvođenje osnovnog održavanja života djece, - izvođenje osnovnog održavanja života utopljenika - referiranje stanja unesrećenog zdravstvenim djelatnicima.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Definicija nagle smrti. Povijesni razvoj nagle smrti. (2P) 2. Epidemiologija nagle smrti: Od znanstvenih istraživanja preko smjernica do svakodnevnog rada. (2P) 3. Nagla smrt kod sportaša i u općoj populaciji. Lanac preživljavanja. (2P) 4. Prepoznavanje kardiorespiratornog aresta. Umjetno disanje i vanjska masaža srca. (2P) 5. Uporaba vanjskog automatskog defibrilatora srca (2P) 6. Specifičnosti osnovnog održavanja života kod djece (2P) 7. Specifičnosti osnovnog održavanja života kod utopljenika (2P+2V) 8. Napredno održavanje života (1P+1V) 9. Prepoznavanje pulsa nad središnjim i perifernim arterijama. Održavanje dišnog puta i bočni položaj. (2V) 10. Umjetno disanje (2V) 11. Vanjska masaža srca (2V) 12. Prepoznavanje pulsa nad središnjim i perifernim arterijama djece. Održavanje dišnog puta i bočni položaj kod djece. (2V) 13. Umjetno disanje kod djece (2V) 14. Vanjska masaža srca kod djece (2V)					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	pismeni ispit	25%	0.5
	usmeni ispit	50%	1	ukupno	2 ECTS	
obvezna literatura	3. Hrvatsko društvo za reanimatologiju Hrvatskog liječničkog zbora. Osnovni postupci oživljavanja uz korištenje automatskih vanjskih defibrilatora. 4. Ivanković D., Radonić R. (2008).Kardiopulmonalna cerebralna resuscitacija. u: Vrhovac B. i sur. Interna medicina. Zagreb: Naklada Ljevak, 387-391					
dopunska literatura	1. Hrvatsko društvo za reanimatologiju Hrvatskog liječničkog zbora (2007). Napredno održavanje života, Zagreb: Medicinska naklada. 2. Handley, A. J., Koster, R., Monsieurs, K., Perkins, G. D., Davies, S., Bossaert, L. (2005) European Resuscitation Council Guidelines for Resuscitation 2005 Section 2. Adult basic life support and use of automated external defibrillators. Resuscitation, S7 - S23. 3. American Heart Association in collaboration with the International Committee on Resuscitation. (2005) Guidelines 2005 for cardiopulmonary resuscitation and emergency cardiovascular care. Part 7.2: Management of cardiac arrest. Circulation, 112:IV58-IV66 4. Myerburg, R. J., Castellanos, A. (2008). Approach to cardiac arrest and life-threatening arrhythmias. u: Goldman, L., Ausiello, D., Cecil Medicine. 23 rd edition, Philadelphia: Saunders Elsevier.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



NAPREDNI ENGLSKI U KINEZILOGIJI (31129)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Darija Omrčen	
kancelarija		116	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		darija.omrcen@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658716	
vanjski suradnik		Valentino Jakšić	
e-mail		tjaksic3@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Položen ispit iz predmeta Engleski jezik u kineziologiji.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 10P + 20V	broj studenata na predmetu	38
ciljevi predmeta	Cilj je proširiti poznavanje stručnog engleskog vokabulara i razviti komunikacijske vještine na engleskom jeziku.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Upotpunjeno znanje stručnoga kineziološkoga vokabulara na engleskome jeziku te znanje iz morfologije, sintakse i semantike stručnoga engleskoga jezika kineziologije.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će: <ul style="list-style-type: none">- razviti sposobnost preciznoga izričaja kroz stručne nazive,- usvojiti kineziološku terminologiju na engleskome jeziku prema temama u nastavnome planu i programu,- steći osnovna znanja iz morfologije i sintakse engleskoga jezika u kineziologiji,- postići razumijevanje pisanoga stručnoga teksta na engleskome jeziku,- razviti produkcijsku razinu znanja stručnoga vokabulara na engleskome jeziku, kao i produkcijsku razinu ovladanosti engleskim kao stranim jezikom struke.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka tema se izvodi jedan nastavni sat) <ol style="list-style-type: none">1. Rad na bazama podataka na engleskome jeziku. Informatičko nazivlje.2. Pretraživanje baza podataka prema ključnim riječima na engleskome jeziku3. Obrada stručnoga nazivlja vezanoga za nastavu tjelesne i zdravstvene kulture4. Obrada ekonomskih naziva poput ekonomika sporta, tržište, marketing itd.5. <i>Block language</i>. Uporaba <i>block language</i> u promotivnim porukama.6. Obrada stručnoga nazivlja vezanoga za strukturu, građu i sastav tijela7. Obrada stručnoga nazivlja vezanoga za sustav žlijezda – žlijezde s unutarnjim i vanjskim lučenjem8. Obrada stručnoga nazivlja vezanoga za stvaranje energije u tijelu9. Obrada nazivlja vezanoga za osobe s invaliditetom10. Kroz obradu vrsta natjecanja za osobe s invaliditetom usporedba s vrstama natjecanja za osobe bez invaliditeta Vježbe (svaka tema se izvodi jedan nastavni sat) <ol style="list-style-type: none">1. Obrada stručnoga engleskoga nazivlja vezanoga za utrke u kajaku i kanuu2. Obrada stručnoga engleskoga nazivlja vezanoga za jedrenje3. Obrada stručnoga nazivlja vezanoga za zimske sportove – alpsko skijanje, nordijsko skijanje4. Obrada stručnoga nazivlja vezanoga za zimske sportove – biatlon, skijanje slobodnim načinom, skijaški skokovi i letovi		



	<ol style="list-style-type: none">5. Obrada stručnoga engleskoga nazivlja vezanoga za golf igralište, opremu i pravila igre6. Opisivanje na engleskome jeziku pravila ponašanja u golfu7. Obrada stručnoga engleskoga nazivlja vezanoga za osnovne udarce u badmintonu, opis igrališta, opremu za badminton, pravila igre itd.8. Uvježbavanje uporabe infinitiva u opisu taktike igre u badmintonu. Opisivanje razlike između badmintona i tenisa.9. Razvijanje produkcijske sastavnice jezičnih vještina – opisivanje pojedinih kondicijskih vježbi i načina postizanja maksimalne jakosti10. Obrada stručnoga nazivlja vezanoga za pojedine vrste ozljeda u sportu i načina njihovog tretiranja11. Obrada stručnoga nazivlja vezanoga za prehranu sportaša, brzinu metaboličkih reakcija u tijelu te probavu12. Razvijanje produkcijske sastavnice jezičnih vještina – opisivanje različitih režima prehrane13. Uvježbavanje iznošenja stavova na engleskome jeziku – slaganje, neslaganje, iskazivanje prednosti, iskazivanje nedostataka itd.14. Rečenične poveznice u engleskome tekstu15. Primjena rečeničnih poveznica u tekstu. Pisanje teksta.16. Razvijanje produkcijske sastavnice poznavanja engleskoga jezika kao stranog jezika struke – iznošenje stavova, argumentacija itd.17. Obrada engleskoga stručnoga nazivlja vezanoga za teoriju treninga18. Razvijanje produkcijske sastavnice poznavanja engleskoga jezika kao stranog jezika struke – planiranje treninga, opis vrsta treninga itd.19. Što treba sadržavati sažetak. Prošireni (strukturirani) sažetak.20. Pisanje sažetka na engleskome jeziku.					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.2	pismeni ispit	45%	0.9
	usmeni ispit	45%	0.9	ukupno	2 ECTS	
obvezna literatura	1. Omrčen, D. (2000). English for Kinesiology. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.					
dopunska literatura						
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



NOTACIJSKA ANALIZA (124075)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Goran Sporiš	
kancelarija		122	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		goran.sporis@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658722	
nastavnik		doc. dr. sc. Vlatko Vučetić	
kancelarija		Sportsko dijagnostički centar (soba 7)	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		vlatko.vucetic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658663	
vanjski suradnik		Mihael Mindek, mag.cin.	
e-mail		mihael.mindek@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 20P + 10S + samostalni zadaci	broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Dati studentima znanja o svrsi korištenja ručnih i kompjuteriziranih notacijskih sustava. Primjena notacijske analize u svrhu ocjene taktike, ocjene tehnike, analize pokreta, razvoja i modeliranja baze podataka te edukacije trenera i igrača. Sličnosti i razlike između biomehaničke i notacijske analize. Upotreba audio-vizualne i kompjuterske opreme za potrebe ručne i kompjuterizirane notacijske analize. Primjena različitih programskih paketa za tehničku analizu izvedbe i za taktičku analizu izvedbe (sustavi obilježavanja i sustavi praćenja).		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Osnovne karakteristike ručnih i kompjuteriziranih notacijskih sustava. Prednosti i mane ručnih i kompjuteriziranih notacijskih sustava. Pouzdanost, objektivnost i valjanost različitih notacijskih sustava		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Izrada i razvoj vlastitog notacijskog sustava. Sustavi za prikupljanje podataka: dijagrami raspršenosti, tabele frekvencija i serijski sustavi podataka. Generički notacijski sustavi igre na utakmicama (ekipni sportovi). Uspoređivanje skupova rezultata dobivenih notacijskom analizom i upoznavanje sa znanstvenim istraživanjima vezanima uz primjenu notacijskih analiza.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka se tema obrađuje 4 nastavna sata) 1. Osnovne karakteristike ručnih i kompjuteriziranih notacijskih sustava 2. Prednosti i mane ručnih i kompjuteriziranih notacijskih sustava 3. Pouzdanost, objektivnost i valjanost različitih notacijskih sustava 4. Primjena notacijske analize u svrhu ocjene taktike, ocjene tehnike, analize pokreta, razvoja i modeliranja baze podataka te edukacije trenera i igrača 5. Sličnosti i razlike između biomehaničke i notacijske analize Seminari		



	<ol style="list-style-type: none"> 1. Upotreba audio-vizualne i kompjuterske opreme za potrebe ručne i kompjuterizirane notacijske analize (3) 2. Primjena različitih programskih paketa za tehničku analizu izvedbe i za taktičku analizu izvedbe (sustavi obilježavanja i sustavi praćenja) (3) 3. Uspoređivanje skupova rezultata dobivenih notacijskom analizom i upoznavanje sa znanstvenim istraživanjima vezanima uz primjenu notacijskih analiza (4) 					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	seminarski rad	25%	0.5
	praktični rad	25%	0.5	usmeni ispit	25%	0.5
	ukupno					2 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Talović, M., Fiorentini, F., Sporiš, G., Jelešković, E., Ujević, B., Jovanović, M., (2011) <i>Notacijska analiza u nogometu</i>. Sarajevo: Fakultet sporta i tjelesnog odgoja, Sveučilište u Sarajevu 2. Sporiš, G., Barišić, V., Fiorentini, F., Ujević, B., Jovanović, M., Talović, M., (2014) <i>Situacijska efikasnost u nogometu</i>, Zagreb: Lena-sport. 					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jelešković, E., Jozak, H., Talović, M., Sporiš, G., Ramadanović, M. (2010). Correlation between Fitness profile and situation efficiency in soccer. Homo Sporticus. 12 , 2; 11-16 2. Sporis, G., Naglič, V., Milanović L., Talović, M., Jelešković, E. (2010). Fitness Profile Of Young Elite Basketball Players (Cadets). Acta Kinesiologica. 4, 2: 62-68. 3. Šamija, K., Sporiš, G., Jozak, H., Talović, M., Jelešković, E. (2010). Correlation Between The Indicators Of Situational Efficiency, Morphological Characteristics And Functional Abilities Of Football Players. Sport Science. 3, 2: 39-44. 4. Sporiš, G., Vučetić, V., Jerković, M. (2007). The relationship between sprinting and kicking performance. International Journal of Performance Analysis in Sport. 6, 1: 120-129. 5. Sporiš, G., Šango, J., Vučetić, V., Mašina, T. (2006). Latent Structure of Standard Indicators of Game Related Efficiency in Basketball. International Journal of Performance Analysis in Sport. 6, 1: 120-129. 					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



POSLOVNO KOMUNICIRANJE I MEDIJSKI NASTUPI ZA KINEZIOLOGE

(124077)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Diana Tomić	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		dtomic@ffzg.hr	
suradnica		Katarina Šarić, prof.	
kancelarija		29	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		katarina.saric@kif.unizg.hr	
vanjska suradnica		Ana Vlah, mag. edu. art. orator.	
e-mail		ana.vlah@outlook.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsofte Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S + samostalni zadaci + mješovito e-učenje + multimedija i mreže	broj studenata na predmetu	48
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je pružiti kineziolozima znanja i komunikacijske vještine potrebne za uspješno djelovanje u poslovnom svijetu. Kako bi što uspješnije izvršavali različite profesionalne obveze (trener, sportski direktor/voditelj kluba, voditelji različitih sportskih centara, sportski menadžer, nastavnik, sukomentator ili sportski novinar itd.) trebaju se upoznati s pismenim i usmenim oblicima poslovnog komuniciranja, s najčešćim dijaloškim komunikacijskim oblicima poput pregovaranja i sastanka te s pripremom za medijske nastupe. Svladavanjem spomenutih vještina studenti će moći organizirati većinu poslovnih aktivnosti i uspješno sudjelovati u njima, suvereno komunicirati putem medija te izvršavati menadžerske i liderske obveze što za stručnjake ovog profila postaje sve važnije.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- ovladati pismenim oblicima poslovne komunikacije- organizirati i provesti poslovni sastanak i pregovore- ovladati vještinom komunikacije s medijima		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- napisati molbu, životopis, dopis, izjavu,- razumjeti bonton u poslovnom okruženju,- pripremiti i provesti poslovni sastanak i analizirati njegovu uspješnost,- pripremiti poslovne pregovore i procijeniti njihovu uspješnost,- raditi u timu za pripremu poslovnih sastanaka i pregovora,- pripremiti izjavu za medije,- pripremiti se za intervju u objema ulogama,- pripremiti i sudjelovati u konferenciji za novinare.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari <ol style="list-style-type: none">1. Funkcionalni stilovi u jeziku; razlika između pisanog i govorenog. Priprema pisanih oblika poslovnog komuniciranja; molba, životopis, dopis, izvještaj, izjava, e-mail. Jezična ispravnost i česti izrazi u pojedinim oblicima. (2P)		



2. Analiza studentskih primjera pisanih oblika: savjeti iz prakse – savjeti stručnjaka zaposlenih u ljudskim resursima. (2S)
3. Bonton u poslovnom komuniciranju: pravila oslovljavanja, pravila ponašanja na razgovoru za posao – savjeti za kandidata i poslodavca, pravila ponašanja u poslovnom okruženju; socijalna osjetljivost; bonton u telefonskim razgovorima i internetskoj komunikaciji; bonton u neformalnim situacijama s poslovnim suradnicima; bonton na poslovnim putovanjima. (2P)
4. Neverbalna komunikacija u poslovnom svijetu: 5 K kao temelj razumijevanja neverbalne poruke u poslu; pogled – razlika između poslovnog i socijalnog pogleda; rukovanje; prostorne granice u poslovnom okruženju; značaj dodira – prihvatljivo ili ne; kulturalne razlike neverbalne komunikacije – priprema za poslovnu komunikaciju s pripadnicima drugačije kulture. Odjeća kao neverbalni znak – pitanje prikladnosti. (2P)
5. Sastanak: obilježja učinkovitoga sastanka; potreba za sastankom; cilj sastanka; vrste sastanaka, priprema, provedba, kontrola izvršenja dogovorenih aktivnosti; oblikovanje poziva na sastanak; voditelj sastanka – stilovi; sastanak u novim medijima – videokonferencija. (2P)
6. Seminarski zadatak: priprema, provedba i analiza sastanka (vodstvo sportskog kluba, nadzorni odbor, vijeće nastavnika, uprava kluba i sl.). Situacije se određuju u skladu s interesima studenata. (2S)
7. Temeljni pojmovi s područja pregovaranja: cilj pregovora – konsenzus; vrste pregovora; elementi pregovaračkog procesa; BATNA; pregovaračke strategije; pregovaračke taktike; komunikacija – ključ uspješnih pregovora; emocije i pregovori; kreativnost i „cjenkanje“; sedam stupova pregovaračke mudrosti. (2P)
8. Seminarski zadatak: pregovaranje i analiza uspješnosti. Moguće pregovaračke situacije: organizacija sportskog natjecanja, pregovori sportskog saveza i lokalne uprave; prodaja/kupovina igrača; organizacija terenske nastave studenata/učenika itd. (2S)
9. Medijski nastup: priprema; novinarski ciljevi – razumijevanje, ispunjavanje ili odbijanje; oblikovanje i priprema izjave; organizacija intervjua – praktični savjeti; jasnoća poruke; sličnosti i razlike između radijskog i televizijskog nastupa; odgovori na teška pitanja; autorizacija intervjua; struktura intervjua i priprema za vođenje intervjua – vrste pitanja i njihovo oblikovanje; vježbe za glas i izgovor, odjeća prikladna za televizijski nastup; kamera i mikrofoni – kamo gledati? Neverbalni znakovi u intervjuu. (2P)
10. Seminarski zadatak: snimanje studentskih izjava za medije (teme se određuju svake godine ovisno o aktualnim sportskim temama), analiza snimaka i savjeti za uspješnije oblikovanje poruke i medijski nastup. (2S)
11. Seminarski zadatak: snimanje prethodno pripremljenih intervjua (u ulozi novinara ili gosta) i analiza snimaka. (2S)
12. Sportski komentatori i sukomentator u prijenosu sportskih natjecanja: sadržajna priprema – podaci, činjenice, statistike – izvori i etika; analiza primjera sportskih komentatora i sukomentatora; jezični izrazi i govornost; bonton u medijima – kršenje i posljedice. (2P)
13. Seminarski zadatak: studenti se okušavaju u ulogama komentatora i sukomentatora utakmice (3 min svaki student). (2S)
14. Konferencija za novinare: određenje konferencije za novinare, vrste konferencija za novinare; savjeti za pripremu konferencije i sudionike; povratna informacija; analiza medija. (1P+1S)
15. Seminarski zadatak: priprema i provedba konferencije za novinare. (2S)



obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivno sudjelovanje, redovito izvršavanje zadaća i ostalih aktivnosti putem sustava za učenje na daljinu. Redovita priprema seminarskih zadataka. Izlazak na pismeni ispit.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	kolokvij	25%	0.5
	praktični rad	25%	0.5	seminarski rad	25%	0.5
	ukupno				2 ECTS	
obvezna literatura	1. Materijali sa predavanja (PP: Vještine predavljanja, govor u javnosti? Osnove; Medijski nastupi; Poslovno komuniciranje i medijski nastupi za kineziologe; Bonton u poslovnoj komunikaciji; Retorika poslovnog komuniciranja-sastanak; Pregovori; vježbe sa predavanja)					
dopunska literatura	1. Fox, R. (2006). Poslovno komuniciranje. Zagreb: Hrvatska sveučilišna naklada. 2. Ostrečki, E. (1995). Poslovno komuniciranje i poslovni bonton. Zagreb: Edo. 3. Tomić, D. Poslovno komuniciranje i medijski nastupi za kineziologe – Nastavni materijali – skripta, dostupno na sustavu za učenje na daljinu. (u pripremi) 4. Cohen, S. (2002). Negotiating Skills for Managers. New York: McGraw Hill. 5. Essex, W. (2006). Can I Quote You on That – A practical guide for anyone about to be interviewed in print, over the phone, on TV or on the radio. Hampshire: Harriman House LTD. 6. Hunt Chaney, L., St. Clair Martin, J., (2007). The essential guide to business etiquette. Westport: Praeger Publishers. 7. Leineman, R., Baikatseva, E. (2006). How to manage successful press conference. Hampshire: Gower Publishing Limited. 8. Reardon, N. (2006). How to Report, Anchor & Intervju. Amsterdam: Elsevier.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



PREHRANA SPORTAŠA (31133)

nositeljica predmeta		prof. dr. sc. Marjeta Mišigoj-Duraković	
kancelarija	183		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	marjeta.misigoj-durakovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658613		
vanjski suradnik		prof. dr. Zvonimir Šatalić	
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	zsatalic@pbf.hr		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S + samostalni zadaci	broj studenata na predmetu	21
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje spoznaja potrebnih za rad u području kineziologije sporta i rekreacije, posebno u vrhunskom sportu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	- rad u području kineziologije sporta rekreacije - promocija zdravog načina života		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - razumjeti osnove pravilne prehrane kompatibilne sa zdravim načinom života, - razumjeti dnevne prehrambene potrebe vrhunskih sportaša različitih sportskih disciplina, - razlikovati zdrave od nezdravih namirnica, - analizirati uobičajene prehrambene navike, - planirati dnevni unos hrane kod sportaša i rekreativaca		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. Biokemijske osnove prehrane (1P) 2. Povezanost prehrane i metabolizma (1P) 3. Navike prehrane u sportaša (1S) 4. Energetski kontinuum (1P) 5. Temeljni principi prehrane sportaša (1P+1S) 6. Energetski unos prehranom (1P+1S) 7. Ugljikohidrati u prehrani sportaša (1P+2S) 8. Značaj unosa i nadoknade tekućine tijekom treninga i natjecanja (1P+1S) 9. Vitamini i minerali (1P+2S) 10. Bjelančevine u prehrani sportaša sportova jakosti i sportova izdržljivosti (1P+1S) 11. Režim prehrane prije natjecanja u sportovima izdržljivosti (1P+1S) 12. Planiranje prehrane sportaša. Obrok prije natjecanja. (1P+2S) 13. Ergogena sredstva: farmakološka, nutritivna, fiziološka sredstva, hormoni (1P+2S) 14. Dijete u redukciji tjelesne mase (1P+1S) 15. Postupci procjene nutritivnog statusa (1P+1S)		
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje na nastavi, izrada i prezentacija seminarskog rada		



praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	seminarski rad	25%	0.5
	kolokvij	50%	1.0	ukupno	2 ECTS	
	Studenti koji ne zadovolje propisane kriterije ocjenjivanja tijekom nastave ispit polažu putem završnog ispita u obliku pismenog ispita (100%)					
obvezna literatura	1. Z. Šatalić, M. Sorić, M. Mišigoj Duraković (2016) Sportska prehrana. Znanje d.o.o.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. American College of Sports Medicine, Academy of Nutrition and Dietetics, Dietitians of Canada - Joint Position Statement (2016) Nutrition and Athletic Performance. Med Sci Sports Exerc 48: 543-568.2. Šatalić Z. (2016) Sports Nutrition. In: Caballero, B., Finglas, P., and Toldrá, F. (eds.) The Encyclopedia of Food and Health vol. 5, pp. 118-123. Oxford: Academic Press.3. Z. Šatalić (2018) Prehrana osoba uključenih u sportske i sportsko-rekreacijske aktivnosti, U: M. Mišigoj-Duraković i suradnici, Tjelesno vježbanje i zdravlje. Znanje d.o.o. str. 417-456.4. Z. Šatalić, M. Mišigoj Duraković (2019) Temeljni principi sportske prehrane. U: Sportska medicina (M. Pećina, ur.), Medicinska naklada.5. Burke L, Deakin V (2015) Clinical Sports Nutrition, 5. izd., McGraw-Hill.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



PREVENCIJA OZLJEDA SPORTAŠA (31134)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Saša Janković	
kancelarija		186	
konzultacije		srijedom / on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		sasa.jankovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658610	
nastavnica		doc. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić	
kancelarija		202	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tatjana.trost-bobic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658659	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S	broj studenata na predmetu	60
ciljevi predmeta	Stjecanje osnovnih teorijskih spoznaja na temelju kojih će studenti moći planirati preventivni program vježbanja za sportaše različite dobi, spola i sportske usmjerenosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Osposobljavanje za odabir metodičkih i programskih postupaka preventivnog treninga. Oni će se primjenjivati, najčešće, kao individualni programi i programi homogenih skupina koje će završeni student moći planirati, provoditi i nadzirati.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Osposobljavanje studenata za prepoznavanje rizičnih faktora i mehanizama nastanka ozljeda u sportu.- Osposobljavanje studenata za odabir metodičkih i programskih postupaka preventivnog treninga.- Osposobljavanje studenata za provođenje i nadziranje preventivnih treninga koji se provode individualno ili u homogenim skupinama. To se posebno odnosi na znanja i sposobnosti koje će u urgentnim situacijama pomoći da sportaš izbjegne ozljedu (predviđanje i rješavanje opasnih situacija, brzina reakcije i tehnike namjernih i nenamjernih prizemljenja).- Osposobljavanje studenata za daljnja istraživanja područja prevencije ozljeda sportaša te za sustavnu primjenu novih spoznaja u sportsku praksu.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka tema se obrađuje dva nastavna sata osim teme pod red.br. 1 koja se obrađuje 1 nastavni sat) <ol style="list-style-type: none">1. Globalni sustav prevencije ozljeda u sportu (4 koraka)2. Sportske ozljede i sindromi prenaprezanja3. Epidemiologija sportskih ozljeda (učestalost, vrsta i značaj, identifikacija problema po sportovima)4. Rizični faktori i mehanizmi nastanka ozljeda sportaša5. Oporavak sportaša6. Dijagnostika u funkciji prevencije ozljeda u sportu7. Metodika i programiranje treninga u funkciji prevencije ozljeda u sportu		



	<p>8. Kondicijski trening u funkciji prevencije ozljeda sportaša</p> <p>Seminari (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata osim teme pod red.br. 7 koja se obrađuje 3 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Treening snage u funkciji prevencije ozljeda sportaša2. Treening skočnosti i brzine u funkciji prevencije ozljeda sportaša3. Razvoj propriocepcije i ravnoteže (posturalne kontrole) u funkciji prevencije ozljeda sportaša4. Primjena vježbi istezanja u funkciji prevencije ozljeda sportaša5. Kompleksni neurom Skularni trening u funkciji prevencije ozljeda sportaša6. Treening djece i mladih u funkciji prevencije ozljeda u sportu7. Provjera efekata preventivnog programa vježbanja – znanstvene osnove <p>Sustav prevencije ozljeda u vrhunskom sportu sastoji se od preventivne dijagnostike stanja sportaša, razvoja i održavanja kondicijskih svojstava, učenja i usavršavanja motoričkih znanja, dugoročne sportske pripreme (koja podrazumijeva uvažavanje principa sportskog treninga i postizanje integralne pripremljenosti) te ergogenih sredstava. Okvirni sadržaj izbornog predmeta „Prevencija ozljeda sportaša“ čine postupci preventivne dijagnostike stanja sportaša u koju se ubrajaju dijagnostički postupci kao što su klinički pregledi sportaša, biokemijska dijagnostika, posturografija, pedobarografija, izokinetička dijagnostika i neuromuskularna procjena. Preventivna dijagnostika predstavlja temelj za planiranje programa prevencije ozljeda sportaša. Sastavni dijelovi preventivnog treninga jesu: unapređenje mišićnog tkiva, unapređenje vezivnog tkiva, razvoj fleksibilnosti i proprioceptivni trening. Unapređenjem mišićnog tkiva moguće je smanjiti mogućnost ozljeđivanja mišića, ali i unaprijediti motoričke sposobnosti sportaša. Namjera je da se mišićne regije, od kojih u najvećoj mjeri ovisi uspjeh u određenom sportu, optimalno razviju.</p> <p>Unapređenje vezivnog tkiva moguće je primjenom velikih i dinamičkih opterećenja te trenažnim podražajima niskog intenziteta i dužeg trajanja čija je svrha kapilarizacija vezivnog tkiva i poticanje kolagenog metabolizma te unapređenje hrskavica zglobova što je temeljni preduvjet za prevenciju sportskih ozljeda. Koristi od unapređenja fleksibilnosti, osim povećanja opsega pokreta, ogledaju se u prevenciji upala mišića nakon treninga i smanjenju broja i težine ozljeda što povećava zaštitu sportaša od potencijalnih opasnosti od ozljeda. Proprioceptivni trening: stavljanjem tijela sportaša u veliki broj trenažnih situacija, koje će isprovocirati aktivaciju proprioceptora, stvorit će se pretpostavke da će sportaš u urgentnim situacijama, koje bi mogle uzrokovati ozljedu, optimalno reagirati.</p>				
obveze studenata	Prisustvovanje na predavanjima i seminarima				
praćenje rada studenata	seminarski rad	100%	2	ukupno	2 ECTS
obvezna literatura	1. Janković, S., Trošt, T. (2005). Novi trendovi u rehabilitaciji mišićnih ozljeda. u: Jukić, I., Milanović, D., Šimek, S. (ur.) Kondicijska priprema sportaša: zbornik radova međunarodne godišnje konferencije, Zagreb, 25. i 26. veljače 2005. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački sportski savez i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 2. Janković, S., Trošt, T. (2004). Rehabilitacija ozljeda skočnog zgloba. Kondicijski trening, 1(2), 53-61. 3. Pećina, M. (1992). Sindromi prenaprezanja. Zagreb: Globus.				
dopunska literatura	1. Harries, M., Williams, C., Stanish, D., Micheli, L. (2000). Oxford: Oxford Textbook of Sports Medicine.				



	<ol style="list-style-type: none">2. Jukić, I., Šimek, S. (2003). Kondicijski trening u funkciji prevencije ozljeda sportaša. u: Milanović, D., Jukić, I. (ur.). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb 21. - 22. 02. 2003., Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez.3. Renstrom, P. A. F. H. (ur.) (1994). Clinical Practice of Sports Injury Prevention and Care. Oxford: Blackwell Scientific Publications.4. Šimek, S., Jukić, I., Trošt, T. (2006). Preventivni trenažni programi. u: Jukić, I., Milanović, D., Šimek, S. (ur.). Kondicijska priprema sportaša: zbornik radova 4. godišnje međunarodne konferencije „Prevencija ozljeda u sportu“, Zagreb, 24. i 25. veljače 2006., Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 117-129.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



SPORT OSOBA S INVALIDITETOM (31224)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović	
kancelarija		115	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		lidija.petrinovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658715	
studijski program	integrirani studij Kineziologije	status predmeta	izborni
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V	broj studenata na predmetu	59
ciljevi predmeta	Usvajanje znanja iz područja invaliditeta te primjena tih spoznaja u prostoru sporta osoba s invaliditetom.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Razumijevanje složenosti i specifičnosti rada s osobama s invaliditetom. Stečena specifična znanja za planiranje, organizaciju i provedbu sportskih aktivnosti za osobe s invaliditetom.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti koji polože izborni predmet kompetentni su za izvođenje kinezioloških aktivnosti osoba s invaliditetom. Očekuje se senzibilizacija javnosti za prihvaćanje osoba s invaliditetom koje su uključene u sport te sudjelovanje u projektiranju novih i adaptaciji starih sportskih objekata.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Organizacija sporta osoba s invaliditetom. Paralimpijske igre. Preduvjeti uključivanja osoba s invaliditetom u višu razinu sportskih natjecanja. Klasifikacija invaliditeta. Osnove planiranja, programiranja i kontrole treninga u sportu osoba s invaliditetom. Specifični metodički postupci usvajanja i usavršavanja tehničko-taktičkih znanja osoba s invaliditetom. Košarka u kolicima. Sjedeća odbojka. Atletske discipline kod osoba s invaliditetom. Plivanje osoba s invaliditetom.</p> <p>Gradivo vezano za svaku nastavnu temu obrađuje se dva nastavna sata.</p> <p>Predavanja (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata, osim tebe br. 8. koja se obrađuje 1 nastavni sat)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Definicija sporta osoba s invaliditetom2. Kategorije osoba s invaliditetom3. Vrhunska natjecanja i specifičnosti istih u odnosu na kategoriju invaliditeta4. Razlika između natjecateljskog sporta i rekreativnih aktivnosti5. Karakteristike sportskih invalidskih kolica i sportskih proteza6. Opis sportova koji su zastupljeni na Paralimpijskim igrama7. Funkcionalna klasifikacija <p>Dijagnostika u sportu osoba s invaliditetom</p> <p>Seminari (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata, osim tebe br. 8. koja se obrađuje 1 nastavni sat)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Praktični prikaz košarke u invalidskim kolicima2. Praktični prikaz sjedeće odbojke		



	3. Praktični prikaz goallballa 4. Praktični prikaz tenisa u invalidskim kolicima 5. Obuka neplivača s invaliditetom po Halliwick metodi 6. Praktični prikaz terapijskog jahanja 7. Praktični prikaz radiogoniometrije za slijepe osobe 8. Provođenje funkcionalne klasifikacije				
obveze studenata	Prisustvovanje na predavanjima i seminarima				
praćenje rada studenata	usmeni ispit	100%	2	ukupno	2 ECTS
obvezna literatura	1. Ciliga D., Petrinović, L. (1996). Sportaši s invalidnošću i fitness. u: Milanović, D. (ur.), „Fitness“, Međunarodno savjetovanje o fitnessu, Zagrebački sajam športa, Zagreb: FFK, ZV, ZŠS, IV25-IV25. 2. Ciliga, D., Petrinović, L. (1999). Sport osoba s invaliditetom. Medix (23). 3. Ciliga, D., Petrinović, L. (2000). Prilagođene tjelesne aktivnosti djeci s invaliditetom. u: Andrijašević, M. (ur.). Zbornik radova Slobodno vrijeme i igra, 9. zagrebački sajam sporta i nautike, Zagreb: FFK, 155-157.				
dopunska literatura	1. Ciliga, D. (1993). Organizacija športa i rekreacije za invalidne osobe u Hrvatskoj. u: Zbornik radova Central-East European conference, Siofok. 2. Ciliga, D. (1993). Šport kao preduvjet povećane i produljene mobilnosti invalidnih osoba. u: Zbornik radova Konferencije o športu Alpe-Jadran Rovinj, Findak, V. (ur.), Zagreb: HOO, 278-280. 3. Ciliga, D., Omrčen, D., Petrinović, L. (1996). Uporaba trenažera u rehabilitaciji osoba s ozljedom kralježnice. Fizikalna medicina i rehabilitacija 13 (S1). 4. Ciliga, D., Volčanšek, B. (1994). Model kineziološke aktivnosti kod osoba s povredom leđne moždine. u: Zbornik radova 9. alpsko-jadranskog simpozija za međunarodnu suradnju u rehabilitaciji, Luzern. 5. Ciliga, D. (1998). Preduvjeti u uključivanju osoba s invalidnošću u višu razinu sportskih natjecanja. Sport za sve 16 (14), 12-13.				
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.				



ŽENE U SPORTU (31149)

nositeljica predmeta	prof. dr. sc. Marjeta Mišigoj-Duraković		
kancelarija	183		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	marjeta.misigoj-durakovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658613		
suradnica	doc. dr. sc. Sanja Šalaj		
kancelarija	194		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	sanja.salaj@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658779		
suradnica	doc. dr. sc. Cvita Gregov		
kancelarija	42		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	cvita.gregov@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658642		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S + samostalni zadaci	broj studenata na predmetu	20
ciljevi predmeta	Predmetom Žene u sportu student stječe dodatna znanja, vezana za osobitosti ženskog spola koje su povezane s tjelesnim naporom, potrebna za rad u području kineziologije sporta i rekreacije, a posebno u vrhunskom sportu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primjena znanja o biološkim i zdravstvenim osobitostima sportašica uključenih u rekreativnu tjelovježbu u: <ul style="list-style-type: none">- planiranju programa treninga,- evaluaciji učinaka provedenih trenažnih postupaka.- Poznavanje i primjena znanja o prehrani sportašica estetskih sportova tijekom ciklusa treninga.- Prepoznavanje problema položaja sportašica po završetku natjecateljske karijere i mogućnosti za nastavak karijera sportašica u strukturama upravljanja usportu.- Objašnjavanje i kritičko vrednovanje projektnog ciklusa, kao i kriterija uspješnosti projekta, a sve s ciljem donošenja pravovaljanih poslovnih odluka i provedbe poslovnog plana.- Identificiranje i analiza mogućnosti i izazova poslovanja u suvremenom konkurentnom okruženju kao i financiranje novih poduzetničkih poduhvata i ideja.- Razumijevanje biološke i zdravstvene osobitosti ženskog spola.- Primjena znanja i kompetencije u planiranju i programiranju, samostalnom vođenju kinezioloških programa.- Identifikacija i analiza efekata s ciljem unapređenja i kvalitete programa.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- razumjeti važnost i ulogu tjelesne aktivnosti za zdravlje, funkcionalnu sposobnost i kvalitetu života žena,		



	<ul style="list-style-type: none">- primijeniti primjerene trenažne postupke u radu sa sportašicama odnosno ženama uključenim u rekreativnu aktivnost,- primijeniti primjerene postupke u posebno osjetljivim životnim periodima sportašice, - evaluirati učinke trenažnih programa,- surađivati s ostalim članovima stručnog tima u prevenciji sindroma trijasa kod sportašica.												
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja i seminari (svaka se tema obrađuje 1P+1S)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Biološke i zdravstvene osobitosti sportašica2. Zdravlje žena, tjelovježba i sport3. Specifičnosti učinaka tjelesnog vježbanje i sporta kod žena4. Tjelesno vježbanje u rana prevencija osteoporoze kod žena5. Sindrom trijasa sportašica6. Uključenost žena u sport i tjelovježbu kroz povijest7. Usporedbe trendova vrhunskih postignuća sportaša i sportašica8. Problematika određivanja ženskog spola u vrhunskom sportu9. Na što treba posebno obratiti pozornost u prehrani sportašica10. Zloupotreba nedozvoljenih sredstava kod sportašica i posljedice11. Menstrualni ciklus, tjelovježba i sport12. Trudnoća, tjelesna aktivnost i tjelesno vježbanje13. Osobitosti treninga u sportašica14. Položaj sportašica po završetku natjecateljske karijere15. Položaj žena u strukturama upravljanja u sportu												
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave te aktivan i konkretan rad na nastavi, rad u grupi te samostalan rad pri rješavanju individualnih zadataka												
praćenje rada studenata	<table border="1"><tr><td>pohađanje nastave</td><td>25%</td><td>0.5</td><td>seminarski rad</td><td>25%</td><td>0.5</td></tr><tr><td>pismeni ispit</td><td>50%</td><td>1.0</td><td>ukupno</td><td colspan="2">2 ECTS</td></tr></table>	pohađanje nastave	25%	0.5	seminarski rad	25%	0.5	pismeni ispit	50%	1.0	ukupno	2 ECTS	
pohađanje nastave	25%	0.5	seminarski rad	25%	0.5								
pismeni ispit	50%	1.0	ukupno	2 ECTS									
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Mišigoj-Duraković, M. Trijas sportašica. U: Mišigoj-Duraković, M. i sur. (2018). Tjelesno vježbanje i zdravlje. Znanje, Zagreb, 105-110.2. Kuna K, Schuster S, Latin V. Menstrualni ciklus . U: Mišigoj-Duraković, M. i sur. (2018). Tjelesno vježbanje i zdravlje. Znanje, Zagreb, 140 – 150.3. Schuster S, Latin V, Kuna K. Trudnoća. U: Mišigoj-Duraković, M. i sur. (2018). Tjelesno vježbanje i zdravlje. Znanje, Zagreb, 151-162.4. Borer K. Tjelesno vježbanje i zdravlje kostiju. U: Mišigoj-Duraković, M. i sur. (2018). Tjelesno vježbanje i zdravlje. Znanje, Zagreb, 54-70.5. Mišigoj-Duraković, M. i sur. (2008). Spolni dimorfizam u odrasloj dobi. U: kinantropologija – Biološki aspekti tjelesnog vježbanja. Ur. Mišigoj-Duraković, M. Kineziološki fakultet, Sveučilište u Zagrebu, str.227- 242.6. Mišigoj-Duraković M, Duraković Z. Biological and health characteristics of female athletes. (Invited lecture).Proceedings book of Symposium invited papers.III International Symposium of new technologies in Sports. Sarajevo, April 16th 1nd 17th 2009, pp119-122.7. Ministarstvo znanosti, obrazovanja i športa RH (2009): Zbornik radova VIII Konferencije o športu Alpe Jadran: tema: Žene u športu, str. 41 -301.												
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Alaunyte et al. Iron and the female athlete: a review of dietary treatment methods for improving iron status and exercise performance. Journal of the International Society of Sports Nutrition (2015) 12:38 DOI 10.1186/s12970-015-0099-2 dostupno na: file:///C:/Users/mmisigoj/Downloads/s12970-015-0099-2.pdf2. Joy EA i sur. (2009) Health-Related Concerns of the Female Athlete: A Lifespan Approach. Am Fam Physician. 2009;79(6):489-495. dostupno na https://www.aafp.org/afp/2009/0315/afp20090315p489.pdf3. https://www.nebraskamed.com/sports-medicine/four-tips-for-female-athletes												



	<ol style="list-style-type: none">4. Khattab A i sur. Controversies surrounding female athletes with differences in sexual development. <i>J Clin Invest.</i> 2020;130(6):2738-2740. https://doi.org/10.1172/JCI138479https://www.jci.org/articles/view/138479/pdf5. https://www.olympic.org/women-in-sport/background/statistics6. https://www.womeninsport.org/wp-content/uploads/2017/10/Physiology-and-considerations-for-female-athletes.pdf7. Ivković A i sur. Overuse injuries in female athletes. <i>Croat Med J</i> 2007;48:767-778 Dostupno na: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2213798/pdf/CroatMedJ_48_0767.pdf
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA IX. SEMESTRA

Šifra predmeta	PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
124022	Metodika treninga fitnesa II	dr. sc. Asim Bradić	30		30	7.0
123957	Metodika treninga u hrvanju II	izv. prof. dr. sc. Mario Baić	15	15	30	7.0
123959	Metodika treninga u jedrenju II	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	15	15	30	7.0
123963	Metodika treninga u judu II	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	15	15	30	7.0
124027	Menadžment sporta u turizmu	izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	30	15		4.5
124025	Metodika kineziološke rekreacije u slobodno vrijeme II	prof. dr. sc. Mirna Andrijašević	15			2.5
124031	Odabrana poglavlja fizikalne medicine i rehabilitacije	doc. dr. sc. Frane Grubišić	15		15	3.0
124029	Prilagođene tjelesne aktivnosti	izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović	15	15		4.0
124016	Metodika kondicijske pripreme II	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović	15	15	30	7.0
123966	Metodika treninga u košarci II	prof. dr. sc. Damir Knjaz	15	15	30	7.0
123967	Metodika treninga u nogometu II	doc. dr. sc. Valentin Barišić	15	15	30	7.0
123969	Metodika treniga u odbojci II	izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković	15	15	30	7.0
162576	Metodika treniga u plesu II	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	15	15	30	7.0
124006	Metodika treninga u skijanju II	izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski	15	15	30	7.0



FITNES – metodika treninga fitnesa II (124022)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Asim Bradić	
kancelarija		140/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		asim.bradic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658703	
vanjski suradnik		Bruno Damjan, mag. cin.	
e-mail		damjan.bruno@gmail.com	
vanjski suradnik		dr.sc. Boris Metikoš, v. pred.	
e-mail		boris.metikos@tvz.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položeni obvezni predmeti Osnovnih kinezioloških transformacija 1 i 2 s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4)	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 30S + 30V + samostalni zadaci	broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Predstaviti temeljnu podjelu sadržaja i metoda rada s područja srčano-dišnog treninga te treninga ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova. Usvojiti i usavršiti osnovne i napredne tehnike izvedbe vježbi na kardio-trenažerima te vježbi ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova. Usvojiti i usavršiti metodičke postupke poučavanja i vježbanja u srčano-dišnom treningu te treningu ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova. Usvojiti osnovne sigurnosne principe u srčano-dišnom treningu te treningu ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova. Usvojiti i usavršiti osnovne i izvedene organizacijske oblike rada u srčano-dišnom treningu, treningu ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- sposobnost neovisnog kritičkog promišljanja i rješavanja praktičnih kinezioloških problema;- sposobnost poučavanja osoba različite dobi, spola, razine tjelesne aktivnosti i vještine te općih motoričkih znanja;- sposobnost planiranja, programiranja i provođenja transformacijskih procesa u područjima primijenjene kineziologije;- sposobnost promoviranja tjelesnog vježbanja u funkciji unaprjeđenja i očuvanja zdravlja osoba različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- učinkovito i sigurno poučavati zdrave osobe različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti osnovnoj i naprednim tehnikama izvedbe vježbi na kardio-trenažerima i vježbi ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova;- odabirati optimalne sadržaje i metode vježbanja u treningu fitnesa zdravih osoba s ciljem razvoja/održavanja srčano-dišne i metaboličke sastavnice fitnesa te regulacije tjelesne težine i sastava tijela;- razumjeti i uspješno primjenjivati temeljne principe sigurnosti u srčano-dišnom treningu i treningu ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova;		



	- razumjeti specifičnost odabira sadržaja i metoda rada u srčano-dišnom treningu te treningu ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova s obzirom na tjelesno držanje i tjelesnu građu zdravih osoba.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijsko-praktična predavanja (TPP) i vježbe (V) <ol style="list-style-type: none">1. Principi i metode srčano-dišnog treninga (4TPP)2. Kardio-trenažeri: pokretni sag (2TPP + 4V)3. Kardio-trenažeri: veslački ergometar (2TPP + 2V)4. Kardio-trenažeri: bicikl-ergometar (2TPP + 4V)5. Kardio-trenažeri: eliptični ergometar (2TPP + 2V)6. Kardio-trenažeri: ostale vrste ergometara (2TPP + 2V)7. Kombiniranje srčano-dišnog treninga i treninga s otporom (2TPP + 4V)8. Principi i metode treninga ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova (4TPP)9. Vježbe ravnoteže i stabilizacije zglobova – smanjenje površine oslonca (2TPP + 2V)10. Vježbe ravnoteže i stabilizacije zglobova na nestabilnim površinama (4TPP + 4V)11. Vježbe funkcionalne stabilizacije zglobova: oscilacijski pokreti (2TPP + 2V)12. Trening s otporom u nestabilnim uvjetima (2TPP + 4V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave; aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu; polaganje kolokvija i ispita.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	13%	1	kolokvij	29%	2
	praktični rad	29%	2	pismeni ispit	29%	2
	ukupno				7.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Jukić, I., Marković, G. (2005). Kondicijske vježbe s utezima. Zagreb: Kineziološki fakultet.2. Šentija, D., Maršić, T., Dizdar, D. (2008). Osnove treninga izdržljivosti i brzine u sportu. Zagreb: TVZ.3. Sekulić, D., Metikoš, D. (2007). Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji. Split: Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet – integralni kondicijski trening. Zagreb: TVZ.2. Howley, E., Franks, B.D. (2007). Fitness Professional's Handbook, Champaign, IL., USA.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



HRVANJE – metodika treninga u hrvanju II (123957)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Mario Baić	
kancelarija		136	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		mario.baic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658736	
suradnik		dr. sc. Damir Pekas	
kancelarija		137	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		damir.pekas@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658737	
vanjski suradnik		Tomislav Mićuda mag.cin.	
e-mail		tomislav.micuda@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		dr. sc. Kristijan Slačanac, predavač	
e-mail		kristijan.slacanic@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položeni obvezni predmeti Hrvanje s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaši	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 30S + 30V + samostalni zadaci	broj studenata na predmetu	6
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Metodika treninga u hrvanju 2 kao cilj ima formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za metodiku tehničko-taktičke pripreme u hrvanju (klasičnim, slobodnim i grappling načinom).		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Metodika treninga u hrvanju 2 studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje važnosti metodike tehničko-taktičke pripreme u: - hrvanju u edukaciji – obavezni i izvannastavni sadržaji - natjecateljskim hrvačkim sportovima - radu sa specifičnim populacijama (sa sportašima u ostalim sportovima u kojima hrvanje ima svoju primjenu te u vojsci i policiji).		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Studenti stječu znanja o prijenosu općih znanja o teorijama učenja na području tehničko-taktičke pripreme u hrvanju. - Studenti stječu znanja o hijerarhijskoj strukturi elemenata tehnike. - Studenti stječu znanja o redoslijedu učenja tehničkih elemenata. - Studenti stječu znanja o dobnim kategorijama i specifičnim zahtjevima u obuci elementarne tehnike. - Studenti stječu znanja o specifičnostima primjene različitih metoda poučavanja tehničkih elemenata (analitička, sintetička, situacijska i kombinirana metoda). - Studenti stječu znanja o procesu tehničko-taktičke pripreme: opis i demonstracija tehničko-taktičkih zadataka, uočavanje i ispravljanje motoričkih pogrešaka; izbor vježbi i organizacija postupaka za ispravljanje tehničkih pogrešaka. (1P+1S+2V) - Studenti stječu znanja o taktičkom konceptu borbe, planu borbe i situacijskim modelima borbe u odnosu na protivnika. - Studenti stječu znanja o skautingu u hrvanju. Korištenje video-tehnike u registraciji i analizi hrvačkih natjecanja.		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe (svaka se tema obrađuje 1P+1S+2V)					
	<ol style="list-style-type: none">1. Prijenos općih znanja o teorijama učenja na područje tehničko-taktičke pripreme u hrvanju. Određivanje specifičnog odnosa između energetskog i informacijskog opterećenja u tehničko-taktičkom treningu.2. Metodika poučavanja i treninga elementarne tehnike3. Hijerarhijska struktura elemenata tehnike4. Redosljed učenja tehničkih elemenata5. Dobne kategorije i specifični zahtjevi u u obuci elementarne tehnike6. Metodički zahtjevi u procesu tehničke izobrazbe (koordinacijska složenost, dinamičnost, situacijska primjenjivost i stilska izražajnost)7. Učenje jednostavnijih i složenijih tehničkih elemenata8. Specifičnosti primjene različitih metoda poučavanja tehničkih elemenata (analitička, sintetička, situacijska i kombinirana metoda)9. Proces tehničko-taktičke pripreme: opis i demonstracija tehničko-taktičkih zadataka, uočavanje i ispravljanje motoričkih pogrešaka. Izbor vježbi i organizacija postupaka za ispravljanje tehničkih pogrešaka.10. Metodika poučavanja i treninga individualne taktike (specijalke)11. Hijerarhijska struktura elemenata individualne taktike. Redosljed učenja zadataka individualne taktike.12. Dobne kategorije i specifični zahtjevi u području elementarne taktike. Metodički zahtjevi u poučavanju: tehnička pravilnost, dinamička kontrola i situacijsko reagiranje.13. Specifičnost metoda poučavanja u fazi usvajanja, usavršavanja, stabilizacije i automatizacije elementarne taktike izabranog sporta14. Taktički koncept borbe, plan borbe i situacijski modeli borbe u odnosu na protivnika. Vođenje hrvačke borbe.15. Skauting u hrvanju. Korištenje video-tehnike u registraciji i analizi hrvačkih natjecanja.					
obveze studenata	30 sati prakse u okviru nastavnog procesa Kineziološkog fakulteta i hrvačkog kluba. Studenti su obavezni sudjelovati u pisanju seminarskih radova vezanih za metodiku tehničko-taktičke pripreme u hrvanju.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	14%	1	kolokvij	22%	1.5
	seminarski rad	7%	0.5	Usmeni ispit	14%	1
	Sudjelovanje u izvannastavnim projektima	14%	1	praktični ispit	29%	2
	ukupno					7.0 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Marić, J., Baić, M., Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima.2. Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb: Sportska tribina.3. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Baić, M., Cvetković, Č., Kostanjević, K. (2009). Primjena paralelno-izmjeničnog oblika rada u treningu hrvača. U: Neljak, B. (ur.), Zbornik radova 18. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Poreč: „Metodički i organizacijski oblici rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije, Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 256-261.2. Cvetković, Č., Baić, M., Slačanac, K. (2009). Primjena izmjenično-odjelnog oblika rada u treningu hrvača. U: Neljak, B. (ur.), Zbornik radova 18. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Poreč: „Metodički i organizacijski oblici rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije, Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 274-279.3. Petrov, R., Dobrev, D., Berberov, N., Makaveev, O. (1977). Svobodna i klasičeska borba. Medicina i fizkultura, Sofija (prijevod na hrvatski s bugarskog).					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



JEDRENJE – metodika treninga u jedrenju II (123959)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Nikola Prlenda	
kancelarija		140/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		nikola.prlenda@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658703	
vanjski suradnik		Vladetić Mladen mag.cin.	
e-mail		mladenvladetic@gmail.com	
vanjski suradnik		Kliba Dario prof.	
e-mail		dario.kliba@gmail.com	
vanjski suradnik		David Hrabrić mag.cin.	
e-mail		david.hrabric@yahoo.com	
vanjski suradnik		Špoljarić Zoran mag.cin.	
e-mail		zoranspoljaric86@gmail.com	
vanjski suradnik		Slatki Dino mag.cin.	
e-mail		slatki.dino@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položeni obvezni predmet Sportovi na vodi s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaši	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + terenska nastava		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V + samostalni zadaci + mentorski rad + terenska nastava	broj studenata na predmetu	16
ciljevi predmeta	Ponuditi studentima temeljna teorijska i praktična znanja o metodama poduke, učenja i treniranja jedriličara i jedriličarki na svim razinama natjecanja, u jedriličarskim klasama i seniorskom uzrastu		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	U okviru izbornog modula Jedrenje, kroz predmet Metodika treninga u jedrenju 2, studenti će steći znanja o odgovarajućim metodama poduke, učenja i treniranja te o didaktičkim principima što će im omogućiti kvalitetno vođenje pedagoškog procesa i treninga. S dobivenim spoznajama o elementima jedriličarske tehnike koje su različite u jedriličarskim klasama i vrstama regata, studenti će moći vrednovati trenažnu učinkovitost kako trenažnih postupaka tako i trenažnih pomagala.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Kroz predmet Metodika treninga u jedrenju 2 studenti će steći znanja o: <ul style="list-style-type: none">- tehničko-taktičkim zahtjevnostima jedrenja po jedriličarskim klasama u seniorskom uzrastu;- karakteristikama, metodičkim postupcima za razvoj i održavanje specifičnih kondicijskih sposobnosti i za učenje tehničko-taktičkih zahtjevnosti;- osnovama planiranja i programiranja treninga jedriličara i jedriličarki različite kvalitete;- odgovarajućim metodama za kontrolu postignutih efekata treninga i natjecateljskih postignuća;- osposobljenosti za uspješan rad sa selektiranim skupinama jedriličarskih seniora.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja		



prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none">1. Tendencije razvoja jedriličarskog sporta; modelne karakteristike jedriličara po klasama (1P)2. Metode usmjeravanja, izbora i selekcije jedriličara (faza nakon 14 godina) (2P)3. Metode podučavanja i usavršavanja elemenata tehnike unutar regatnih faza: start, privjetrinska plutača, polukrmene i krmene plutače i cilj (2P)4. Metode učenja i usavršavanja individualne (jednosjedi) i grupne (višesjedi) taktike u fazama starta, privjetrinske, polukrmene i krmene dionice i cilja (4P)5. Metode razvoja motoričko-funkcionalnih sposobnosti (2P)6. Metode razvoja bazične izdržljivosti jedriličara (aerobna) (2P)7. Metode razvoja specifične izdržljivosti aerobno-anaerobnog tipa (2P) <p>Seminari</p> <ol style="list-style-type: none">1. Metode i metodski oblici razvoja koordinacije seniorskih jedriličara i jedriličarki (2S)2. Metode i metodski oblici razvoja snage (eksplozivne, repetitivne, statičke) seniorskih jedriličara i jedriličarki (3S)3. Metode i metodski oblici razvoja ravnoteže seniorskih jedriličara i jedriličarki (2S)4. Metode i metodski oblici razvoja agilnosti seniorskih jedriličara i jedriličarki (2S)5. Metode i metodski oblici razvoja izdržljivosti seniorskih jedriličara i jedriličarki (3S)6. Metode i metodski oblici razvoja specifične izdržljivosti aerobno-anaerobnog tipa seniorskih jedriličara i jedriličarki (3S) <p>Vježbe</p> <ol style="list-style-type: none">1. Metodčke vježbe poduke i učenja elemenata tehnike jedrenja u jednosjedu (2V)2. Metodčke vježbe poduke i učenja prihvaćanja i letanja u jednosjedu (2V)3. Metodčke vježbe poduke i učenja otpadanja i kruženja u jednosjedu (2V)4. Redoslijed poduke tehničko-taktičkih elemenata u jedriličarskom jednosjedu za seniorske dobne skupine (1V)5. Metodčke vježbe poduke i učenja tehničko-taktičkih elemenata u „Orebovom poligonu plutača“ u jednosjedu (2V)6. Metodčke vježbe poduke i učenja tehničko-taktičkih elemenata u „olimpijskom trokutu“ u jednosjedu (4V)7. Metodčke vježbe poduke i učenja elemenata tehnike jedrenja u dvosjedu (2V)8. Metodčke vježbe poduke i učenja prihvaćanja i letanja u dvosjedu (2V)9. Metodčke vježbe poduke i učenja otpadanja i kruženja u dvosjedu (2V)10. Metodčke vježbe poduke i učenja tehnike jedrenja s „genakerom“ u dvosjedu (2V)11. Redoslijed poduke tehničko-taktičkih elemenata u jedriličarskom dvosjedu za seniorske dobne skupine (1V)12. Metodčke vježbe poduke i učenja tehničko-taktičkih elemenata u „Orebovom poligonu plutača“ u dvosjedu (2V)13. Metodčke vježbe poduke i učenja tehničko-taktičkih elemenata u „olimpijskom trokutu“ u dvosjedu (4V)14. Metodčke vježbe poduke i učenja tehničko-taktičkih elemenata u „dvoboj jedrenju“ u dvosjedu (2V)					
obveze studenata	Pođanje svih oblika nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	29%	2	seminarski rad	14%	1
	praktični rad	14%	1	pismeni ispit	21%	1.5
	usmeni ispit	22%	1.5	ukupno	7.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Prlenda, N. (2019). Jedrenje i jedrenje na dasci. Nastavni materijal2. Bond, B. (1980). Sve o jedrenju. Zagreb: Mladost.3. ISAF/HJS. (2016-2020). Pravila jedriličarskih natjecanja. Regatna pravila					



	<ol style="list-style-type: none">4. Dedekam, I. (2004). Trimanje jedara i jarbola. Zagreb: Fabra5. Vitaljić, S. (2005). Biti brži. Zagreb6. Driscoll, J. (2003). Jedrenje. Rijeka: Dušević & Kršovnik d.o.o.
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. http://www.sailing.org/classesandequipment/olympic/index.php2. http://www.hjs.hr/3. Conner, D. & Levitt, M.(1997). Naučite jedriti. Zagreb: Gandalf d.o.o.4. Tomašević, E. (2007). Jedrenje - Mornarske vještine. Split: Pajet d.o.o.5. Sleight, S. (2004). Priručnik za jedrenje. Zagreb: Znanje d.d.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



JUDO – metodika treninga u judu II (123963)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Hvoje Sertić	
kancelarija		155	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658755	
nastavnik		doc. dr. sc. Ivan Segedi	
kancelarija		140/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ivan.segedi@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658739	
vanjski suradnik		Matija Jug Dujaković, prof.	
e-mail		matija_jugdujakovic@yahoo.com	
vanjski suradnik		Nenad Kuštro, prof.	
e-mail		nenad.kustro@gmail.com	
vanjski suradnik		Davor Rožac, prof.	
e-mail		davor.rogi@gmail.com	
vanjski suradnik		Dominik Žanetić, mag.cin	
e-mail		dominik.125@hotmail.com	
vanjski suradnik		Dario Franjić, prof.	
e-mail		d.franjic19@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položeni obvezni predmet Judo s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaši	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft teams-u + dvorana		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V + samostalni zadaci + mentorski rad + terenska nastava	broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Metodika treninga u judu 2 ima cilj formirati visoko educirani stručni kadar s posebnim znanjima vezanim za metodička i organizacijska načela i principe te njihovu primjenu u judo treningu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Metodika treninga u judu 2 studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za primjenu metodičkih postupaka u: - judo treningu mlađih dobnih skupina, - judo treningu vojske, policije i zaštitarskih službi, - judo treningu rekreativaca, - judo treningu vrhunskih judaša.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Studenti stječu znanja o načelima i principima osnovnih metodičkih postupaka. - Studenti stječu znanja o načelima i principima specifičnih metodičkih postupaka. - Studenti stječu znanja o načelima i principima primjene osnovnih i specifičnih metodičkih postupaka za poučavanje judo tehnike. - Studenti stječu znanja o načelima i principima primjene osnovnih i specifičnih metodičkih postupaka za poučavanje judo taktike.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja, seminari i vježbe (svaka se tema obrađuje 1P+1S+2V)		



prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none">1. Klasifikacija i izbor sadržaja trenažnog rada: kondicijske vježbe, vježbe tehničke i taktičke pripreme u judu2. Vježbe bazične, specifične i situacijske pripreme u judu3. Doziranje opterećenja u treningu judašica i judaša4. Specifične metode poučavanja i vježbanja različitih dobnih kategorija5. Odabir organizacijskih formi i oblika rada te lokaliteta i trenažnih pomagala6. Metodika poučavanja i treninga elementarne tehnike. Redoslijed poučavanja tehničkih elemenata u pojedinim dobnim kategorijama.7. Specifičnosti primjene različitih metoda poučavanja tehničkih elemenata (analitička, sintetička, situacijska i kombinirana metoda)8. Specifične metode poučavanja i vježbanja tehnike juda. Različitost metodike poučavanja i vježbanja tehnike stojećeg stava (ručna, nožna, bočna i požrtvovna bacanja) i partera (zahvati držanja, gušenja, poluge)9. Utvrđivanje i uočavanje pogrešaka u izvedbi tehničkih elemenata. Ispravljanje istih s odgovarajućim metodskim vježbama i postupcima.10. Struktura elemenata taktike11. Redoslijed poučavanja elemenata taktike u pojedinim dobnim kategorijama12. Metode poučavanja taktičkog djelovanja u pojedinim fazama borbe: specifičnosti taktičkog djelovanja unutar borbe s različitim tipom protivnika i različitim situacijama u borbi13. Odabir i uvježbavanje taktike u odnosu na karakteristike vlastitog judaša (koncept borbe)14. Odabir i uvježbavanje taktike u odnosu na karakteristike protivnika (plan borbe)15. Taktički elementi u različitim prostornim dijelovima (sredina borilišta, kut, zona opasnosti). Taktički elementi povezivanja stojeće i parterne pozicije. Poučavanje različitih taktičkih varijanti s obzirom na vremenske parametre u borbi.					
obveze studenata	Pođanje svih oblika nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	14%	1	kolokvij	14%	1
	usmeni ispit	43%	3	Praktični ispit	29%	2
				ukupno	7.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Sertić, H., Segedi, I. (2013). Judo osnove. Zagreb: Gopal.2. Lucić, J., Gržeta, M. (2000). Judo u hrvatskoj vojsci. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske3. Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci: knjiga druga. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Sertić, H., Segedi, I., Sterkowicz, S. (2007). Differences of the groups of throws used by men and woman in different weight categories during the European Junior Judo Championships. 5th International Judo Federation World Research Symposium, Rio de Janeiro, Brazil, 12. September.2. Sertić, H., Segedi, I., Vidranski, T. (2009). Metodika treninga judaša različitih dobnih kategorija. u: Findak, V. (ur.) Zbornik radova 18. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Poreč, 23. – 27. 06. 2009. Zagreb: Hrvatski kineziološki savez. 464-468.3. Sertić, H., Lindi, H., Baić, M. (2003) Specifičnosti metodskih postupaka za poučavanje judo tehnika. u: Findak, V. (ur.) Zbornik radova „Metode rada u području edukacije, sporta i sportske rekreacije“ 12. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske., Rovinj 17. – 21. 06. 2003., Zagreb: Hrvatski kineziološki savez, 171-174.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KINEZIOLOŠKA REKREACIJA – menadžment sporta u turizmu (124027)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	
kancelarija		121	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		sanela.skoric@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658721	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	45 sati = 30P + 15S + samostalni zadaci	broj studenata na predmetu	18
ciljevi predmeta	Razumijevanje složenosti turizma sa stajališta sadržaja aktivnosti. Stjecanje specifičnih znanja iz područja sportskog turizma: planiranje razvoja, organizacija i menadžment. Upoznavanje metodologije za valorizaciju ekonomskih učinaka sportsko rekreacijskih usluga u turizmu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti znanje i razumijevanje koncepata, principa i teorije iz područja menadžmenta i turizma u sportu odnosno sportskoj rekreaciji. Objasniti ulogu i značaj sportske rekreacije u turizmu. Identificirati i analizirati mogućnosti razvoja sportsko-rekreacijske ponude u turizmu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti sustav turizma; - objasniti povezanost između turizma, sporta i sportske rekreacije; - identificirati ekonomske učinke sporta i sportske rekreacije u turizmu; - prepoznati sustav organizacije ponude sporta i sportske rekreacije u turizmu; - identificirati i analizirati različite mogućnosti za razvoj sportskog turizma.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata) 1. TEMELJNA OBILJEŽJA SUVREMENOG TURIZMA: Pojava, definicija, temeljni pojmovi i indikatori razvijenosti turizma. Obilježja turizma u Republici Hrvatskoj. 2. EKONOMSKI UČINCI KAO ODREDNICE STRATEŠKOG UPRAVLJANJA RAZVOJEM TURIZMA: Učinci turističkih kretanja. Turistička potrošnja. Ekonomski učinci turizma. 3. MEĐUODNOSI TURIZMA I SPORTA: Povijesni odnosi turizma i sporta. Faktori razvitka suvremenog turizma i sporta. Funkcije koje generiraju turizam i sport. 4. SPORTSKI TURIZAM Pojam, podvrste i oblici sportskog turizma. 2. EKONOMSKI UČINCI SPORTA I SPORTSKE REKREACIJE U TURIZMU: Društveni učinci sporta u turizmu. Ekonomski učinci sporta u turizmu. 3. TRŽIŠNI PARAMETRI ISTRAŽIVANJA SPORTA U TURIZMU: Sport u svjetskom turizmu. Tržište potražnje sportskog turizma u svijetu. Istraživanja sportskih aktivnosti u nekim europskim zemljama i Hrvatskoj. Trendovi sporta u turizmu. 4. SPORTSKI TURIZAM U HRVATSKOJ: Mogućnosti razvoja sportskog turizma u Hrvatskoj. Ponuda sportskih centara u turizmu Hrvatske. 5. NAUTIČKI TURIZAM: Pojam nautičkog turizma. Karakteristike nautičkog turizma. Pokazatelji razvijenosti nautičkog turizma u svijetu i Hrvatskoj.		



	<ol style="list-style-type: none">6. ZDRAVSTVENI TURIZAM: Pojam zdravstvenog turizma. Uvjeti za razvoj zdravstvenog turizma. Pokazatelji razvijenosti zdravstvenog turizma u svijetu i Hrvatskoj. Wellness i zdravstveni turizam.7. VELIKE SPORTSKE PRIREDBE I TURIZAM: Karakteristike i organizacija velikih sportskih priredaba. Modeli financiranja olimpijskih igara. Utjecaj olimpijskih igara na turizam zemalja organizatora.8. MENADŽMENT U SPORTU I SPORTSKOM TURIZMU: Pojam i definiranje menadžmenta u sportu. Funkcije menadžmenta u sportu. Menadžment sporta u turizmu. Organizacija sporta u turizmu.9. PODUZETNIŠTVO U SPORTU I SPORTSKOM TURIZMU: Poduzetništvo u sportskom turizmu. Mogućnosti poduzetništva u hrvatskom sportskom turizmu. Metodologija izrade poduzetničkih programa.10. ANIMACIJSKI PROGRAMI SPORTA U TURIZMU: Pojam animacije. Oblici animacije. Sportska animacija. Sportski animatori.11. MARKETING U SPORTSKOM TURIZMU: Tržište sportskih proizvoda i usluga u turizmu. Elementi sportskog marketing-miksa u turizmu. Promocija sportskog turizma.12. PROGRAMI I SADRŽAJI RAZVOJA SPORTSKO-REKREACIJSKOG TURIZMA U HRVATSKOJ: Sportska rekreacija i turizam u Hrvatskoj. „Sport za sve“ - suvremeni pokret modernog društva i pokretač aktivnog odmora. Razvojna problematika hrvatskog turizma. <p>Seminari (svaka tema seobrađuje 2 nastavna sata, osim teme pod red.br. 1. koja se obrađuje 1 nastavni sat)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Uvod u seminarski rad2. Sportska ponuda nekog grada, hotela, turističkog naselja ili sl. te njezin utjecaj na turistička kretanja3. Kretanja na turističkom tržištu aranžmana vezanih uz sport4. Uloga pojedinih sportova u turizmu Hrvatske5. Sportske priredbe i turizam6. Programi animacije u hotelima, turističkim naseljima itd.7. Oblici sportskog turizma8. „Hrvatska kao zemlja sportskog turizma“					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi. Izrada seminarskih radova i ostalih zadataka.					
praćenje rada studenata	aktivnosti na nastavi	22%	1	kolokvij	56%	2.5
	seminarski rad	22%	1	ukupno	4.5 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Bartoluci, M., Škorić, S., Andrijašević, M. i suradnici (u tisku). Menadžment sportskog turizma i srodnih oblika turizma. Zagreb: Narodne Novine.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Bartoluci, M., Čavlek, N. i sur. (2007). Turizam i sport – razvojni aspekti./Tourism and Sport – Aspects of Development. Zagreb: Školska knjiga.2. Bartoluci, M., Škorić, S. (2009). Menadžment sportskog i nautičkog turizma. Karlovac: Veleučilište u Karlovcu.3. Bartoluci, M., Čavlek, N., Prebežac, D., Kesar, O. i sur. (2011). Turizam: Ekonomske osnove i organizacijski sustav. Zagreb: Školska knjiga.4. Hinch, T., Higham, J. (2004). Sport Tourism Development. Channel View Publications.5. Ritchie, B.W., Adair, D. (ur.) (2004). Sport Tourism: Interrelationships, Impacts and Issues. Channel View Publications.6. Bartoluci, M. i sur. (2004). Menadžment u sportu i turizmu./Management in Sport and Tourism. Zagreb: Kineziološki fakultet i Ekonomski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					



način praćenja
kvalitete

Anonimna studentska anketa.



KINEZIOLOŠKA REKREACIJA – metodika kineziološke rekreacije u slobodno vrijeme II (124025)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Mirna Andrijašević	
kancelarija		120	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		mirna.andrijasevic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658720	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Položen predmet Kineziološka rekreacija.	bodovna vrijednost	2.5 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	15 sati = 15P	broj studenata na predmetu	18
ciljevi predmeta	Cilj ovog predmeta je povezati temeljne spoznaje implementacije kineziološke struke u praksi koja uključuje sintezu teoretsko-praktičnog i kreativnog rada u rekreaciji. Poštujući temeljne kriterije kineziološke struke bit će sposobni projektirati i organizirati samostalno sportsko rekreacijsku djelatnost u različitim uvjetima te realizirati planove i programe transformacijskog karaktera uključujući dijagnostiku, praćenje i kontrolu učinaka tretmana. Uspostavlja suradnju sa stručnjacima drugih profila i kompetencija i provodi menadžerske poslove.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Organizacija stručnog rada u sportskoj rekreaciji u različitim uvjetima i za različite potrebe sa svrhom i ciljem edukacije te zaštite i unapređenja zdravlja sudionika rekreacije. Oblikovanje individualnih i skupnih programa vježbanja za različite potrebe i uvjete. Rad u timu sa stručnjacima iz drugih područja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - postaviti koncepciju programa kineziološke rekreacije za različite potrebe; - primijeniti koncept kineziološke rekreacije za različite potrebe u slobodnom vremenu građana; - surađivati u različitim znanstveno-stručnim područjima (unapređenje zdravlja, razvoj privredne djelatnosti – turizam i rad); - oblikovati i provoditi transformacijske programe poštujući sve kriterije i metode za provedbu programa; - primijeniti znanja iz komplementarnih područja koja su potpora kineziološkoj rekreaciji (prirodni resursi, prehrana i razne tradicionalne tehnike); - koristiti suvremene tehnologije za individualne kompleksne programe.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 2. Metode planiranja i programiranja te izbor aktivnosti u cilju oblikovanja transformacijskih programa namijenjenih unapređenju antropoloških obilježja (aerobika, pilates, fitnes i sl). (4P) 3. Metode praćenja i evaluacije transformacijskih programa u kineziološkoj rekreaciji. (2P) 4. Metode oblikovanja programa kineziološke rekreacije specifične namjene, antistres programi, povećana tjelesna masa, kronične tegobe (lokomotorni sustav). (4P) 5. Vrste i metode primjene komplementarnih programa u kineziološkoj rekreaciji. Metode edukacije u sustavu komplementarnih programa kineziološke rekreacije (pravilna		



	prehrana, upravljanje stresom, značaj tjelesne aktivnosti za psihofizičku ravnotežu i optimalno funkcioniranje organizma, socijalni i emocionalni pozitivni učinci). (3P) 6. Mogućnosti implementacije programa kineziološke rekreacije u suvremenom društvu u cilju unapređenja kvalitete života. (2P)					
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje u nastavi					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	20%	0.5	pismeni ispit	40%	1
	usmeni ispit	40%	1	ukupno	2.5 ECTS	
obvezna literatura	1. Andrijašević, M. (2010). Kineziološka rekreacija. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Andrijašević, M i D. Jurakić (2011) Sportska rekreacija u funkciji unapređenja zdravlja, Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
dopunska literatura	1. Andrijašević, M. (2000). Rekreacijom do zdravlja i ljepote. Zagreb: FFK. 2. Ivanišević, G. i sur.(2004). Zdravstveni turizam, prehrana, kretanje i zaštita okoliša u Hrvatskoj, znanstveni skup Veli Lošinj. Zagreb: Akademija medicinskih znanosti Hrvatske. 3. Mišigoj-Duraković, M. i sur.(1999). Tjelesno vježbanje i zdravlje. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu, Grafos. 4. Corbin, B. C., Lindsey, R., Welk, I. G., Corbin, R.W. (2002). Concepts of fitness and wellness. New York, USA: Mc Graw Hill Companies. 5. Štuka, K. (1985). Rekreacijska medicina. Zagreb: Sportska tribina.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KINEZITERAPIJA – odabrana poglavlja fizikalne medicine i rehabilitacije

(124031)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Frane Grubišić, dr. med. spec. fiz. med. i reh.	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		franegrubisic@gmail.com	
vanjska suradnica		mr. sc. Diana Balen, dr. med. spec. fiz. med. i reh.	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		diana.balen@hotmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Položen obvezni predmet Kineziterapija	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V + samostalni zadaci	broj studenata na predmetu	41
ciljevi predmeta	Kroz seriju predavanja upoznati studente s klasifikacijom koštano-mišićnih oboljenja, definicijom rehabilitacije i onesposobljenosti, ICF klasifikacijom i osnovnim modalitetima fizikalno-terapijskih postupaka (fiziološko i terapijsko djelovanje) i indikacije/kontraindikacije za njihovu primjenu. Interaktivnim pristupom predstaviti način kliničkog pregleda bolesnika s određenim koštano-mišićnim oboljenjem, prepoznavanje i definiranje osnovnog funkcionalnog problema i predlaganje optimalnog rehabilitacijskog plana (uključujući kineziterapiju). Tijekom kolegija, studenti će u praktičnom radu samostalno proći svaki oblik fizikalne terapije. Cilj je i upoznati studente s članovima rehabilitacijskog tima i njihovim obvezama i odgovornostima.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- Poznavanje indikacija i kontraindikacija za primjenu pojedinih oblika fizikalne terapije u rehabilitacijskom postupku;- na temelju stečenih znanja, prepoznati i definirati oštećenje, nesposobnost i ometenost te ciljeve rehabilitacije;- primijeniti stečena znanja u planiranju programa kineziterapije, a na temelju funkcionalnog statusa lokomotornog sustava pojedinca (bolesnik, zdrava osoba), raspoloživog vremena i uvjeta u kojima se kineziterapija provodi.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon serije predavanja, vježbi i definiranih ciljeva ovog kolegija, studenti će moći prepoznati/definirati: <ul style="list-style-type: none">- osnovne karakteristike različitih koštano-mišićnih oboljenja s kojima su upoznati tijekom kolegija,- pojedine modalitete fizikalnih postupaka i njihovu primjenu u sportskoj populaciji,- pozicioniranje kineziterapeuta u rehabilitacijskom timu,- pojedine oblike slikovnih dijagnostičkih postupaka važnih za otkrivanje mekotkivnih i koštanih struktura,- planiranje i programiranje kineziterapijskih protokola za različite profile sportaša (pojedinci, sportska ekipa) temeljene na funkcionalnoj procjeni lokomotornog sustava (uključujući kineziološka mjerenja).		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata, osim tebe br. 6. koja se obrađuje 3 nastavna sata) 1. Fizikalna medicina i rehabilitacija - uvodno predavanje		



prema satnici nastave	2. Elektroterapija 3. Termoterapija, krioterapija 4. Elektromagnetoterapija, laser, fototerapija 5. Hidroterapija, masaža 6. Funkcionalno liječenje reumatoidnog artritisa i ankilozantnog spondilitisa 7. Izvanzglobni reumatizam-etiotogeneza, klinička slika, dijagnostika Vježbe (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata, osim tebe br. 6. koja se obrađuje 3 nastavna sata) 1. Propedeutika lokomotornog sustava - funkcionalni pregled kralješnice, kineziološka mjerenja 2. Klinički pregled aksijalnog skeleta 3. Klinički pregled ramena, laktova, ručnih zglobova i zglobova šake 4. Klinički pregled kukova, koljena, gležnjeva i zglobova stopala 5. Interaktivna rasprava - indiciranje elektroterapijskih postupaka (klinički prikaz) 6. Interaktivna rasprava - indiciranje termo i krioterapijskih modaliteta (klinički prikaz) 7. Praktična primjena fizikalno-terapijskih modaliteta					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	17%	0.5	kolokvij	17%	1
	praktični rad	33%	1	usmeni ispit	33%	1
	ukupno				3.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Jajić I, Jajić Z. (2010). Fizikalna i rehabilitacijska medicina: osnove i liječenje. Zagreb: Medicinska naklada. 2. Čurković B i suradnici. (2004). Fizikalna i rehabilitacijska medicina. Zagreb: Medicinska naklada.					
dopunska literatura	https://uems-prm.eu/wp-content/uploads/2020/03/physical_rehabilitation_medicine_for_medical_students.pdf					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KINEZITERAPIJA – prilagođene tjelesne aktivnosti (124029)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović	
kancelarija		115	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		lidija.petrinovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658715	
nastavnica		doc. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić	
kancelarija		202	
konzultacije		četvrtkom od 11.00 do 12.00 ili prema dogovoru mailom	
e-mail		tatjana.trost-bobic@kif.hr	
telefon		+38513658659	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Položen obvezni predmet Kineziterapija	bodovna vrijednost	4.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + dvorana		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V	broj studenata na predmetu	41
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za razumijevanje ustroja i funkcioniranja sporta osoba s invaliditetom te usvajanje teorijskih i metodičkih znanja koje su vezane za specifičnosti i prilagodbu sportova kojima se bave osobe s invaliditetom.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Usvojiti znanja o značajkama pojedine kategorije osoba s invaliditetom. Objasniti specifične prilagodbe pojedinih sportova za određene kategorije invaliditeta. Primijeniti znanja u koncipiranje plana i programa treninga pojedinog sporta osoba s invaliditetom.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U oblikovanju ishoda studenti će moći definirati: - specifičnosti pojedine kategorije osoba s invaliditetom; - razliku između rehabilitacijskih procedura, rekreativnih aktivnosti i natjecateljskog sporta osoba s invaliditetom; - određene prilagodbe pojedinih sportova za osobe s invaliditetom; - osnovne zakonitosti planiranja i programiranja treninga u području pojedinog sporta a s obzirom na kategoriju invaliditeta.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata, osim tebe br. 8. koja se obrađuje 1 nastavni sat) 1. Temeljna područja sporta osoba s invaliditetom. Definicija. Predmet proučavanja. 2. Definicija rehabilitacijskog sporta, razlika između rehabilitacije, rekreacije i natjecateljskog sporta osoba s invaliditetom 3. Kategorije osoba s invaliditetom, značajke pojedine kategorije 4. Paralimpijske igre, Olimpijada gluhih, Specijalna olimpijada 5. Opis sportova na ljetnim i zimskim paralimpijskim igrama 6. Značajke sportskih invalidskih kolica i sportskih proteza 7. Funkcionalna klasifikacija 8. Inkluzija i integracija Seminari (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata, osim tebe br. 8. koja se obrađuje 1 nastavni sat) 1. Značajke pojedinog oštećenja i oboljenja leđne moždine		



	<ol style="list-style-type: none">2. Značajke osoba s amputacijama donjih ekstremiteta3. Analiza vožnje sportskih invalidskih kolica4. Biomehanička analiza sportske proteze5. Analiza funkcionalne klasifikacije po sportovima6. Ekstremni sportovi kod osoba s invaliditetom7. Učenje i poučavanje osnovnih elemenata određenog sporta8. Inkluzija i integracija				
obveze studenata					
praćenje rada studenata	Usmeni ispit	100%	4	ukupno	4.0 ECTS
obvezna literatura	1. Winnick, J.P. (2005). Adapted physical education and sport. Human Kinetics.				
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Trošt Bobić, T. , Ciliga, D., Petrinović Zekan, L. (2009). Radiogoniometrija kao rekreacijska aktivnost za slijepu osobu. u: M. Andrijašević (ur.), Zbornik radova međunarodne znanstveno-stručne konferencije „Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i sportske rekreacije“, Zagreb, 2009. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 345-351.2. Ciliga, D. , Trošt Bobić, T., Petrinović Zekan, L. (2009). Sport osoba s invaliditetom. Pozvano predavanje. u: F. Gracin, B. Klobučar (ur.), Zbornik radova 8. konferencije o sportu Alpe-Jadran, Opatija, 2009. Zagreb: Ministarstvo znanosti, obrazovanja i športa Republike Hrvatske, 230-238.3. Petrinović Zekan, L., Ciliga, D. (2008). Sportske aktivnosti za osobe s oštećenjem vida. u: M. Andrijašević (ur.), Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije „Kineziološka rekreacija i kvaliteta života“, Zagreb, 2008. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 351-362.4. Ciliga, D., Petrinović Zekan, L., Trošt, T. (2007). Boćanje kao rekreativna aktivnost za osobe s cerebralnom paralizom. u: Andrijašević, M. (ur.), Sport za sve u funkciji unapređenja kvalitete života. Zbornik radova, Zagreb, 2007. Zagreb: Kineziološki fakultet, 105-112.5. Ciliga, D., Petrinović Zekan, L., Trošt, T. (2006). Povezanost antropometrijskih karakteristika i motoričkih sposobnosti košarkaša u invalidskim kolicima. Hrvatski športskomedicinski vjesnik. 21(1), 39-49.				
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.				



KPS – metodika kondicijske pripreme II (124016)

nositelj predmeta	izv. prof. dr. sc. Luka Milanović		
kancelarija	40/2		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	luka.milanovic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658602		
nastavnik	doc. dr. sc. Vlatko Vučetić		
kancelarija	Sportsko dijagnostički centar (soba 7)		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	vlatko.vucetic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658663		
vanjski suradnik	Jere Gulin, mag.cin.		
kancelarija	Sportsko dijagnostički centar (soba 8)		
e-mail	jere.gulin@kif.unizg.hr		
vanjski suradnik	Stipo Dajaković, mag.cin.		
e-mail	stipo.dajakovic@kif.unizg.hr		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položeni obvezni predmeti Osnovnih kinezioloških transformacija 1 i 2 s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4)	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + dvorana		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V	broj studenata na predmetu	34
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je studentima omogućiti stjecanje znanja o metodičkim postupcima za razvoj i održavanje funkcionalnih sposobnosti i morfoloških karakteristika te za preventivne kondicijske programe		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- oblikovati metodičke postupke za razvoj i održavanje funkcionalnih sposobnosti sportaša u različitim sportovima, različite dobi, spola, razine treniranosti i trenažne povijesti,- oblikovati metodičke postupke za razvoj i održavanje morfoloških karakteristika i sportaša u različitim sportovima, različite dobi, spola, razine treniranosti i trenažne povijesti,- oblikovati metodičke postupke u preventivnim kondicijskim postupcima.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- izabrati primjerene sadržaje za razvoj i održavanje funkcionalnih sposobnosti, morfoloških karakteristika te za preventivne kondicijske programe,- izabrati primjerene metode za razvoj i održavanje funkcionalnih sposobnosti, morfoloških karakteristika te za preventivne kondicijske programe,- izabrati primjerena opterećenja za razvoj i održavanje funkcionalnih sposobnosti, morfoloških karakteristika te za preventivne kondicijske programe,- izraditi integralne trenažne operatore za razvoj i održavanje funkcionalnih sposobnosti, morfoloških karakteristika te za preventivne kondicijske programe.		
sadržaj predmeta	Predavanja i vježbe		



detaljno razrađen prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none">1. Strukturne, fiziološke, anatomske, biomehaničke i druge značajke aerobnih sposobnosti (1P+1V)2. Strukturne, fiziološke, anatomske, biomehaničke i druge značajke anaerobnih sposobnosti (1P+1V)3. Strukturne, fiziološke, anatomske, biomehaničke i druge značajke mišićne mase i vezivnog tkiva (1P+1V)4. Strukturne, fiziološke, anatomske, biomehaničke i druge značajke potkožnog masnog tkiva(1P+1V)5. Modeliranje i vrednovanje postupaka za usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja, odnosno tehnike izvedbe različitih kondicijskih vježbi za unapređenje funkcionalnih sposobnosti (vježbe s opterećenjem, lakoatletske vježbe i kardio programi) (2P+2V).6. Modeliranje i vrednovanje postupaka za usvajanje i usavršavanje motoričkih znanja, odnosno tehnike izvedbe različitih kondicijskih vježbi za unapređenje morfoloških karakteristika te za prevenciju sportskih ozljeda (vježbe s opterećenjem, lakoatletske vježbe i kardio programi) (2P+2V)7. Diferencijalne karakteristike metodike treninga funkcionalnih sposobnosti i morfoloških karakteristika sposobnosti s obzirom na spol (2P+2V)8. Diferencijalne karakteristike metodike treninga funkcionalnih sposobnosti i morfoloških karakteristika s obzirom na dob i kvalitetnu razinu sudionika u sportu (2P+2V)9. Modeliranje i vrednovanje metodičkih postupaka za razvoj aerobnih sposobnosti (2P+2V)10. Modeliranje i vrednovanje metodičkih postupaka za razvoj anaerobnih sposobnosti (2P+2V)11. Modeliranje i vrednovanje metodičkih postupaka za razvoj mišićne mase (2P+2V)12. Modeliranje i vrednovanje metodičkih postupaka za mijenjanje potkožnog masnog tkiva (2P+2V)13. Modeliranje i vrednovanje metodičkih postupaka za prevenciju ozljeda sportaša (2P+2V)14. Analiza efekata različitih metodičkih postupaka za razvoj i održavanje funkcionalnih sposobnosti sportaša (2P+2V)15. Analiza efekata različitih metodičkih postupaka za razvoj i održavanje morfoloških karakteristika i za prevenciju ozljeda sportaša (2P+2V)16. Pregled metodičkih istraživanja iz područja funkcionalnih sposobnosti (2P+2V)17. Pregled metodičkih istraživanja iz područja morfoloških karakteristika i za prevencije ozljeda sportaša sportaša (2P+2V)				
obveze studenata	Pohađanje i aktivno sudjelovanje na nastavi.				
praćenje rada studenata	kolokvij	100%	7	ukupno	7.0 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Milanović, D., Jukić, I. (ur.) (2003). Kondicijska priprema sportaša. Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb 21-22.02.2003. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu i Zagrebački sportski savez.2. Jukić, I., Šalaj, S., Gregov, C. (ur.) (2003-2011). Kondicijski trening. Stručni časopis za teoriju i metodiku kondicijske pripreme. Kineziološki fakultet, Zagreb.3. Jukić, I., Marković, G. (2005). Kondicijske vježbe s utezima. Zagreb: Kineziološki fakultet				
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Beachle, T.R. i R.W. Earle (2000). Essentials of Strength and Conditioning. (2nd ed.). Champaign, Ill:Human Kinetics.2. Jukić, I., Milanović, D. (ur.) (2004-2011). Kondicijska priprema sportaša, Zbornik radova međunarodnog znanstveno-stručnog skupa, Zagreb, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački sportski savez i Udruga kondicijskih trenera Hrvatske.				



	<ol style="list-style-type: none">3. Bompá, T. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike, Gopal, Zagreb.4. Boyle, M. (2010). Advances in Functional Training: Training Techniques for Coaches, Personal Trainers and Athletes. On Target Publications, USA.5. Cook, G. (2010). Movement: Functional Movement Systems: Screening, Assessment, Corrective Strategies. E. Grayson Cook, USA.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



KOŠARKA – metodika treninga u košarci II (123966)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Damir Knjaz	
kancelarija		154	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		damir.knjaz@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658754	
nastavnik		prof. dr. sc. Bojan Matković	
kancelarija		153	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		bojan.matkovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658753	
nastavnik		doc. dr. sc. Tomislav Rupčić	
kancelarija		156	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658756	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Košarka s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaši	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + dvorana B		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Studenti kroz nastavni proces iz predmeta Metodika treninga u košarci 2 stječu teorijsko i praktično znanje, odnosno osposobljavaju se za podučavanje različitih TE-TA elemenata iz područja košarkaške igre kao i za razvoj kondicijsko-motoričkih sposobnosti košarkaša različite dobi i različite kvalitativne razine.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će na predmetu Metodika treninga u košarci 2 steći osnovne metodičke spoznaje, odnosno znanja koja im omogućavaju uspješno podučavanje košarkaške tehnike i taktike, kao i razvoj kondicijsko-motoričke pripreme košarkaša. Također, studenti ovim predmetom dobivaju znanja koja im omogućavaju kritički pristup i vrednovanje pojedinih trenažnih sredstava i metoda poučavanja, odnosno treninga različitih ovisno o dobi i kvaliteti košarkaša.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti osposobljeni za: - samostalno odabiranje primjerenih sadržaja za poučavanje košarkaške tehnike i taktike te razvoj kondicijsko-motoričke pripreme - primjenu odgovarajućih metodičkih postupaka prilikom poučavanja košarkaške tehnike i taktike te razvoja kondicijsko-motoričke pripreme - analizu i vrednovanje metodičkih vježbi, metoda učenja i vježbanja te didaktičkih principa prilikom učenja košarkaške tehnike i taktike te razvoja kondicijsko-motoričke pripreme - definiranje primjerenih sadržaja treninga košarkaša različitih dobnih i kvalitativnih kategorija - definiranje primjerenih sredstava za trening različitih dobnih i kvalitativnih kategorija.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Teorijska predavanja, teorijsko-praktična predavanja i vježbe 1. Metodika košarkaške taktike (7P)		



prema satnici nastave	<p>Metode poučavanja grupne taktike igrača u obrani i napadu (blokade i obrane od blokada) (2TPP+2V)</p> <p>Metode poučavanja timske taktike igrača u obrani:</p> <ul style="list-style-type: none">- čovjek – čovjek (2TPP+2V)- presing čovjek – čovjek (1TPP+2V)- zonska obrana (1TPP+2V)- zonskog presinga (1TPP+2V)- kombinirana obrana (1TPP+2V). <p>Metode poučavanja timske taktike igrača u napadu:</p> <ul style="list-style-type: none">- napad na obranu čovjek-čovjek (1TPP+2V)- napad na obranu presing čovjek-čovjek (1TPP+2V)- napad na zonsku obranu (1TPP+2V)- napad na zonski presing (1TPP+2V)- napad na kombiniranu obranu (1TPP+2V). <p>Metode poučavanja protunapada i obrane od protunapada (2TPP+2V)</p> <p>2. Metodika kondicijsko-motoričke pripreme košarkaša (4P)</p> <p>Metode razvoja funkcionalnih sposobnosti košarkaša (1P+1V)</p> <p>Metode razvoja koordinacije, agilnosti i ravnoteže kod košarkaša (1P+1V)</p> <p>Metode razvoja snage kod košarkaša (1P+1V)</p> <p>Metode razvoja preciznosti kod košarkaša (1P+1V)</p> <p>Metode razvoja brzine kod košarkaša (1P+1V)</p> <p>Metode razvoja fleksibilnosti kod košarkaša (1P+1V)</p> <p>3. Organizacijske i metodičke forme treninga (1P)</p> <p>4. Lokaliteti, oprema i pomagala za trening košarkaša (1P)</p>					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	7%	0.5	kolokvij	14%	1
	praktični rad	22%	1.5	pismeni ispit	14%	1
	seminarski rad	14%	1	usmeni ispit	29%	2
		ukupno			7.0 ECTS	
obvezna literatura	<p>1. Matković i sur. (2010). Antropološka analiza košarkaške igre. Sveučilišni udžbenik. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb</p> <p>2. Tocigl, I. (1998). Košarkaški udžbenik. Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i odgojnih područja Sveučilišta u Splitu, Zavod za fizičku kulturu, Split.</p> <p>3. Matković, B. i sur. (2005) Košarka-antropološka analiza. Zagreb: KF, HKS.</p>					
dopunska literatura	<p>6. Wissel, H. (1994). Basketball: Steps to Success. Human Kinetics, Champaign</p> <p>7. Matković, B., Knjaz, D., Čosić B. (2003). Smjernice fizičke pripreme u košarci. U: Milanović, D., Jukić, I. (ur.): Zbornik radova Međunarodnog znanstveno-stručnog skupa „Kondicijska priprema sportaša“ 12. zagrebački sajam sporta i nautike, Zagreb, 21. i 22. veljače 2003. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu; Zagrebački športski savez, 390-394.</p> <p>8. Knjaz D., Matković B., Matković, B.R. (2002). Individualni rad u mini košarci. U: Milanović D., Heimer S, Jukić I, Kulier I, Matković B. (ur.), Zbornik radova Znanstveno-stručnog skupa „Dopunski sadržaji sportske pripreme“, u sklopu 11. zagrebačkog sajma sporta i nautike, Zagreb, 22. i 23. veljače 2002. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu; Zagrebački športski savez. 54-56.</p> <p>9. Rupčić, T., Knjaz, D., Matković, B. (2010). Utjecaj specifičnog košarkaškog programa na razvoj bazične brzine pokreta ekstremiteta. U: Jukić, I., Gregov, C., Šalaj, S., Milanović, L., Trošt-Bobić, T. (ur). Zbornik radova 8. godišnje međunarodne konferencije „Kondicijska</p>					



	<p>priprema sportaša 2010 – Training brzine, agilnosti i eksplozivnosti“ Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 416-419.</p> <p>10. Matković, B., Matković, B.R., Knjaz, D., Krističević, T., Blašković, M. (1999). Morfološke karakteristike košarkaša juniora. Kineziologija za 21. stoljeće. Zbornik radova. Dubrovnik. 412-415.</p>
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



NOGOMET – metodika treninga u nogometu II (123967)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Valentin Barišić	
kancelarija		157	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		valentin.barisic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658757	
poslijedoktorandica		dr. sc. Tihana Nemčić	
kancelarija		70	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tihana.nemcic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658670	
asistent		Ivan Mikulić, mag.cin.	
kancelarija		70	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ivan.mikulic@kif.unizg.hr	
konzultacije		+385136583670	
vanjski suradnik		Mihael Mindek, mag.cin.	
e-mail		mihael.mindek@gmail.com	
vanjski suradnik		Marko Matušinski	
e-mail		m.matusinskij@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Nogomet s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaši	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + dvorana B		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V + mentorski rad	broj studenata na predmetu	19
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s metodama poučavanja i vježbanja za različite dobne skupine nogometaša izborom trenažnih sadržaja (kondicijske vježbe, vježbe tehničke i taktičke pripreme) te doziranjem trenažnog opterećenja u treningu nogometaša.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Student stječe visoku razinu znanja koja mu omogućuje provođenje najsloženijih poslova u području izabranog sporta (nogometa) na svim razinama. Stječe spoznaje o rezultatima znanstvenih istraživanja o strukturalnim i biomehaničkim karakteristikama sporta, antropološkim obilježjima koja su bitna za uspješnost te o zakonitostima programiranja i kontrole procesa treninga. Osposobljen je da usvojeno znanje i vještine primjenjuje svakodnevno u svim oblicima praktičnog djelovanja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: razumjeti poziciju nogometne igre u različitim klasifikacijama sportova, praktično i verbalno demonstrirati osnovna znanja o nogometnoj tehnici, metodici poučavanja i osnovama taktike. Moći će i identificirati kako pojedina motorička znanja i sposobnosti utječu i doprinose situacijskoj učinkovitosti u nogometnoj igri ili odsječcima igre s jedne strane te ukupnom djelovanju na antropološki status s druge.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Teorijska predavanja i vježbe 1. Klasifikacija i izbor sadržaja trenažnog rada: vježbe tehničke i taktičke pripreme u nogometu (2P+2V)		



prema satnici nastave	2. Specifične metode poučavanja i vježbanja različitih dobnih kategorija (2P+2V) 3. Metodika tehničko-taktičke pripreme u nogometu (2P+2V) 4. Specifičnosti primjene različitih metoda poučavanja tehničkih elemenata (analitička, sintetička, situacijska i kombinirana metoda) (2P+2V) 5. Redoslijed poučavanja elemenata u pojedinim dobnim kategorijama (2P+2V) 6. Motoričko učenje (1P+1V) 7. Proces tehničko-taktičke pripreme: opis, demonstracija tehničko-taktičkog zadatka, uočavanje i ispravljanje motoričkih pogrešaka (2P+2V) 8. Sustav integralne pripreme u nogometu (2P+2V) Seminari i vježbe (svaka se tema obrađuje 1S+2V) 1. Tehnička sredstva igre u napadu 2. Struktura kretanja igrača s loptom u obrani i napadu 3. Kretanja igrača bez lopte u obrani i napadu 4. Dodavanja lopte 5. Primanje lopte na različitim principima 6. Udarci na vrata 7. Završnica u napadu s obzirom na različite prostorne odnose (centralna i krilne pozicije) 8. Driblinzi i fintiranja 9. Tehničko-taktička izobrazba i usavršavanje u fazi napada i obrane 10. Tehnike vratara 11. Različiti sustavi igre 12. Suvremeni sustavi igre (4-4-2, 4-2-3-1) 13. Metodika usavršavanja kontranapada 14. Organizacijski oblici taktičkog djelovanja s obzirom na protivnički sustav igre 15. Metodika poučavanja i usavršavanja igre s igračem manje i s igračem više					
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	14%	1	seminarski rad	36%	2.5
	usmeni ispit	50%	3.5	ukupno	7.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Priručnik za nogometne trenere (2008). UEFA A. Zagreb: Nogometna akademija Hrvatskoga nogometnog saveza. 2. Dujmović, P. (2006). Škola suvremenog nogometa. Zagreb: Zagrebački nogometni savez. 3. Toplak, I. (1985). Suvremeni fudbal i njegove tajne. Taktika i metodika. Beograd: Fudbalski savez Jugoslavije. 4. Jozak, R. i Kepčija, I. (2017). Razvojni program. Zagreb: Vivid & Shine j.d.o.o.					
dopunska literatura						
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



ODBOJKA – metodika treninga u odbojci II (123969)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković	
kancelarija		41	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658641	
nastavnik		prof. dr. sc. Nenad Marelić	
kancelarija		161	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		nenad.marelic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658761	
nastavnik		doc. dr. sc. Tomica Rešetar	
kancelarija		69	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomica.recetar@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658669	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Odbojka s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaši	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + dvorana		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V + mentorski rad	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Osnovni cilj predmeta je usvajanje teoretskih i praktičnih znanja iz metodike treninga u odbojci i njihova primjena u radu s igračima seniorske dobi.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti stječu visoku razinu teoretskih i praktičnih znanja iz metodike treninga u odbojci te primjenu navedenog u radu s igračima seniorske dobi.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će tijekom nastave svladati osnovna znanja o: <ul style="list-style-type: none">- definiciji i strukturi metodike treninga- klasifikaciji i izboru sadržaja trenažnog rada- doziranju opterećenja u treningu- metodama poučavanja i vježbanja u treningu- procesu tehničko-taktičke pripreme u treningu- metodici treninga kondicijske i tehničko-taktičke pripreme- primjeni situacijskih pokazatelja u treningu i pripremi utakmice.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari <ol style="list-style-type: none">1. Definicija i struktura metodike treninga u odbojci (1P+1S)2. Klasifikacija i izbor sadržaja kondicijske i tehničko-taktičke pripreme u odbojci (2P+2S)3. Doziranje opterećenja u treningu seniorske dobi (2P+2S)4. Metode poučavanja i vježbanja (2P+2S)5. Proces tehničko-taktičke pripreme: opis i demonstracija tehničko-taktičkog zadatka, uočavanje i ispravljanje motoričkih pogrešaka (2P+2S)		



	6. Metodika kondicijske pripreme (2P+2S) 7. Metodika tehničko-taktičke pripreme (2P+2S) 8. Primjena situacijskih pokazatelja igre u treningu i pripremi utakmice (2P+2S)																		
	Vježbe (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata) <ol style="list-style-type: none"> Definicija i struktura metodike treninga u odbojci Klasifikacija i izbor tehničko-taktičkih vježbi u odbojci Klasifikacija i izbor kondicijskih vježbi Doziranje opterećenja u odbojci Proces tehničko-taktičke pripreme: opis i demonstracija motoričkog zadatka Proces tehničko-taktičke pripreme: uočavanje i ispravljanje motoričkih pogrešaka Metode poučavanja i vježbanja u odbojci (analitička, sintetička i situacijska) Zakovitosti kondicijske pripreme u odbojci Metodički postupci kondicijske pripreme u odbojci Specifični metodički postupci za razvoj funkcionalnih i motoričkih sposobnosti u odbojci Redoslijed poučavanja tehničko-taktičkih elemenata u odbojci Metodika poučavanja individualne tehničko-taktičke izvedbe u Kompleksu 1 (prijem servisa, dizanje u procesu napada, smeč u procesu napada, zaštita napada) Metodika poučavanja individualne tehničko-taktičke izvedbe u Kompleksu 2 (servis, blok, obrana, dizanje u kontranapadu, smeč u procesu kontranapada, zaštita kontranapada) Metodika poučavanja ekipne tehničko-taktičke izvedbe u Kompleksu 1 (prijem servisa, dizanje u procesu napada, smeč u procesu napada, zaštita napada) Metodika poučavanja ekipne tehničko-taktičke izvedbe u Kompleksu 2 (servis, blok, obrana, dizanje u kontranapadu, smeč u procesu kontranapada, zaštita kontranapada) 																		
obveze studenata	Redovno prisustvovanje i aktivnost na nastavi, izlazak na kolokvije i pisanje seminarskih radova.																		
praćenje rada studenata	<table border="1"> <tr> <td>pohađanje nastave</td> <td>13%</td> <td>1</td> <td>seminarski rad</td> <td>29%</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>praktični ispit</td> <td>29%</td> <td>2</td> <td>usmeni ispit</td> <td>29%</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td colspan="4" style="text-align: right;">ukupno</td> <td colspan="2">7.0 ECTS</td> </tr> </table>	pohađanje nastave	13%	1	seminarski rad	29%	2	praktični ispit	29%	2	usmeni ispit	29%	2	ukupno				7.0 ECTS	
	pohađanje nastave	13%	1	seminarski rad	29%	2													
	praktični ispit	29%	2	usmeni ispit	29%	2													
ukupno				7.0 ECTS															
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> Janković, V., Marelić, N. (2003). Odbojka za sve. Zagreb: Autorska naklada. Marelić, N., Marelić, S., Đurković, T., Rešetar, T. (2008). Nastavne teme iz odbojke za osnovne škole – priručnik za učitelje tjelesne i zdravstvene kulture. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. Službena pravila odbojke. (2010). Zagreb: Hrvatski odbojkaški savez. 																		
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none"> Janković, V., Marelić, N. (1995). Odbojka. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. Janković, V., Đurković, T., Rešetar, T. (2009). Uvod u specijalizaciju igračkih uloga u odbojci. Zagreb: Autorska naklada. 																		
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.																		



PLES – metodika treninga u plesu II (162576)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	
kancelarija		169	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658769	
vanjska suradnica		Ana Lojen, mag. cin.	
e-mail		ana_lojen@yahoo.com	
vanjska suradnica		Tamara Despot, pred.	
e-mail		tamdespot@gmail.com	
vanjski suradnik		Alen Plevnik, mag. cin.	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
vanjski suradnik		Nikola Oto, mag. cin.	
e-mail		nikola.oto@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	IX. - ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmeta Plesovi s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P+S) predavaonica (V) dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V + samostalni zadaci + multimedija i mreža	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Usvojiti praktična i teorijska znanja o strukturama kretanja i metodama poučavanja pojedinih plesova starijih dobnih kategorija i različitih područja (edukacija, rekreacija, sport i kineziterapija). Upoznati metode razvoja funkcionalnih, morfoloških te motoričkih obilježja plesača narodnog i društvenog plesa starijih dobnih kategorija.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja za provođenje poučavanja različitih plesnih izraza, za organizaciju i provedbu plesne poduke, prezentacija i natjecanja za starije dobne skupine te razvoj funkcionalnih i motoričkih sposobnosti kod starijih dobnih kategorija. Nakon položenog ispita studenti su sposobno demonstrirati pojedine folklorne i društvene plesove i povezivati elemente tehnike pojedinog društvenog plesa u koreografske cjeline, te metodske vježbe s obzirom na dob plesača i plesni izraz te plesnog područja (edukacija, rekreacija i sport).		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: <ul style="list-style-type: none">- samostalno odabrati primjerene sadržaje tijekom poučavanja- primijeniti odgovarajuće metodičke postupke prilikom poučavanja plesa- analizirati i vrednovati metodičke vježbe, metode učenje i vježbanja te didaktičke principe u plesnoj poduci- osmisliti i upotrijebiti različitu trenažnu opremu i pomagala- definirati primjerene sadržaje treninga plesača starijih dobnih skupina i različitog plesnog izraza- definirati primjerena sredstva za trening plesača starijih dobnih skupina i različitog plesnog izraza- uočiti i ispraviti tehničke greške- povezati elemente tehnike pojedinog plesa u koreografiju		



	- analizirati i odabrati odgovarajući glazbeni primjer za koreografije različitih dobih kategorija					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja: <ol style="list-style-type: none">1. Osnovni metodički principi u poduci i treningu plesača starijih dobnih kategorija (2P)2. Osnovni pedagoški i didaktički principi u poduci i treningu plesača starijih dobnih kategorija (2P)3. Organizacijske i metodičke forme treninga plesača starijih dobnih kategorija (2P)4. Lokaliteti, oprema i pomagala za trening plesača starijih dobnih kategorija (2P)5. Metodika poučavanja plesnih elemenata starijih dobnih kategorija (2P)6. Metodika treninga tehnike plesa starijih dobnih kategorija (2P)7. Metodika kondicijskog treninga plesača starijih dobnih kategorija (2P) Seminari: <ol style="list-style-type: none">1. Rezultati istraživanja o efektima i metodama poučavanja i vježbanja u plesu (2S).2. Metode i vježbe specifične i situacijske te scenske pripreme u plesu (2S).3. Mogućnosti primjene specifičnih vježbi različitih plesnih izraza u pripremi plesača (4S).4. Primjena sadržaja iz drugih sportova u plesu (2S).5. Psihološka priprema plesača (2S)6. Glazba - obilježja i odabir glazbe u plesu (3S). Vježbe <ol style="list-style-type: none">1. Metode i vježbe za razvoj funkcionalnih sposobnosti plesača starijih dobnih kategorija (4 V)2. Metode i vježbe za razvoj koordinacije plesača starijih dobnih kategorija (4 V)3. Metode i vježbe za razvoj snage plesača starijih dobnih kategorija (4 V)4. Metode i vježbe za razvoj ravnoteže plesača starijih dobnih kategorija (4 V)5. Metode i vježbe za razvoj koordinacije plesača mlađih dobnih kategorija (4 V)6. Metode i vježbe za razvoj ritma plesača starijih dobnih kategorija (4 V)7. Principi koreografiranja u plesu starijih dobnih kategorija (4 V)8. Metode i primjena plesnih elemenata različitih plesnih izraza u poduci istih (2 V)					
	obveze studenata	Redovito pohađanje svih oblika nastave te ispunjavanje samostalnih zadataka				
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	1.0	praktični rad	30%	2.0
	seminarski rad	30%	2.0	usmeni ispit	30%	2.0
	ukupno					7.0 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Oreb, G. (1989). Analiza povezanosti primarnih motoričkih sposobnosti i sistema za procjenu uspješnosti u plesu. Kineziologija, 20(1), 55-60.2. Oreb, G. & Kilibarda, S. (1996). The role of rhythmic abilities in dance. Kinesiology, 28(1), 58-63.3. Vlašić, J. , Oreb, G. & Leščić, S. (2009). Povezanost motoričkih i morfoloških obilježja s uspjehom u društvenim plesovima. Hrvatski športskomedicinski vjesnik, 24,30-37.4. Clarkson, P. M., Skinar, M. (1988). Science of dance training. Human kinetics books.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Oreb, G. , Matković, Br, Vlašić, J i Kostić, R. (2007). Struktura funkcionalnih sposobnosti plesača. U: Maleš, B. (ur.) Proceedings of the 2nd International Conference, Contemporary Kinesiology, Mostar, 2007., (196-200). Faculty of kinesiology, University of Split,; Faculty of natural science, mathematics and education, University of Mostar,; Faculty of sport, University of Ljubljana2. Oreb, G. & Medved, R. (1991). Blood Lactic Acid Values in Folk Dancers During Performance. U Proceedings of AIESEP World Congress "Collaboration Between Researchers and practitioners in Physical Education: An International Dialogue", Atlanta, GA, January, 4.-7. 1991. (pp. 145). Atlanta, GA: National Association of PE in High Education.3. Oreb, G. & Matković, Br. (1994). Functional abilities of professional dancers. U the 11th International Congress on Sports Sciences for Students (pp 7). Budapest: University of Physical Education.					



	<ol style="list-style-type: none">4. Oreb, G., Blašković, M., & Gošnik-Oreb, J. (1989). Canonical Relation Between Abilities and Dance Efficiency. In J. Rauhala (ed.) Proceedings Movement and sport- A challenge for life-long learning, AIESP (pp 12). Jyvaskyla: University of Jyvaskyla5. Vlašić, J. , Oreb, G. & Furjan-Mandić, G. (2007). Motor and morphological characteristics of female university students and the efficiency of performing folk dances. Kinesiology, 39(1), 49-61.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



SKIJANJE – metodika treninga u skijanju II (124006)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski	
kancelarija		102/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		vjekoslav.cigrovski@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658702	
nastavnik		prof. dr. sc. Bojan Matković	
kancelarija		153	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		bojan.matkovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658753	
vanjski suradnik		dr. sc. Ivica Franjko	
e-mail		ski@skifrankie.hr	
vanjski suradnik		Krunoslav Kević, prof.	
e-mail		kruno.kevic@hotmail.com	
vanjski suradnik		Slaviša Weiner, viši sportski trener	
e-mail		apb_znidarec-weiner@inet.hr	
vanjski suradnik		Vedran Vrus, viši sportski trener	
e-mail		vedran.vrus@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Skijanje s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaši	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	Predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft teams-u + terenska nastava		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V + multimedija i mreža + terenska nastava	broj studenata na predmetu	10
ciljevi predmeta	Primarni cilj nastave predmeta Metodika treninga u skijanju 2 je teorijsko, teorijsko-praktično i praktično osposobljavanje studenata za podučavanje različitih skijaških tehnika. Također, cilj je ovog predmeta upoznavanje studenata s metodama razvoja funkcionalnih, morfoloških i motoričkih obilježja skijaša različite dobi te kvalitativne razine.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Kao kineziolozi, studenti će pomoću predmeta Metodika treninga u skijanju 2 steći osnovne metodičke spoznaje koje im omogućavaju uspješno vođenje procesa poduke skijaške tehnike i procesa sportskog treninga skijaša. Studenti će steći osnovna znanja o načinima poduke elemenata različitih skijaških tehnika te sredstvima utjecaja na razvoj funkcionalnih, morfoloških te motoričkih obilježja skijaša različite dobi i kvalitete. Isto tako, ovim predmetom studenti dobivaju znanja koja im omogućavaju kritički pristup i vrednovanje pojedinih trenajnih sredstava i metoda poučavanja, odnosno treninga s obzirom na dob i kvalitetu skijaša.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - samostalno odabrati primjerene sadržaje tijekom poučavanja skijaške tehnike, - primijeniti odgovarajuće metodičke postupke prilikom poučavanja skijaške tehnike, - analizirati i vrednovati metodičke vježbe, metode učenje i vježbanja te didaktičke principe prilikom učenja skijanja,		



	<ul style="list-style-type: none">- pronaći i iskoristiti lokalitete u skijaškom centru za trening,- osmisliti i upotrijebiti različitu trenažnu opremu i pomagala,- definirati primjerene sadržaje treninga skijaša različitih dobnih i kvalitativnih kategorija,- definirati primjerena sredstva za trening različitih dobnih i kvalitativnih kategorija,- dozirati opterećenje treninga kod skijaša različitih dobnih i kvalitativnih kategorija.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Teorijska predavanja</p> <ol style="list-style-type: none">1. Osnovni metodički principi u poduci i treningu skijaša natjecatelja (2P)2. Osnovni pedagoški i didaktički principi u poduci i treningu skijaša natjecatelja (2P)3. Organizacijske i metodičke forme treninga skijaša natjecatelja (2P)4. Lokaliteti, oprema i pomagala za trening skijaša natjecatelja (2P)5. Metodika poučavanja elemenata skijaške tehnike (2P)6. Metodika treninga tehnike u skijanju (2P)7. Metodika kondicijsko-motoričkog treninga skijaša natjecatelja (3P) <p>Seminari</p> <ol style="list-style-type: none">1. Metode treninga funkcionalnih sposobnosti skijaša (3S)2. Metode treninga koordinacije kod skijaša (2S)3. Metode treninga snage kod skijaša (2S)4. Metode treninga ravnoteže kod skijaša (2S)5. Metode treninga agilnosti kod skijaša (2S)6. Metode treninga ritma u koordinaciji kod skijaša (2S)7. Metode prevencije ozljeda u skijanju kod natjecatelja (2S) <p>Vježbe</p> <ol style="list-style-type: none">1. Situacijske vježbe za usavršavanje i automatizaciju elemenata pluzne skijaške tehnike (2V)2. Situacijske vježbe za usavršavanje i automatizaciju elemenata paralelne skijaške tehnike (2V)3. Situacijske vježbe za usavršavanje i automatizaciju spusta ravno (2V)4. Situacijske vježbe za usavršavanje i automatizaciju spusta koso (2V)5. Situacijske vježbe za usavršavanje i automatizaciju zavoja k brijegu (2V)6. Situacijske vježbe za usavršavanje i automatizaciju osnovnog zavoja (2V)7. Situacijske vježbe za usavršavanje i automatizaciju paralelnog zavoja od brijega (2V)8. Situacijske vježbe za usavršavanje i automatizaciju osnovnog vijuganja (2V)9. Situacijske vježbe za usavršavanje i automatizaciju učenja brzog vijuganja (2V)10. Situacijske vježbe za usavršavanje i automatizaciju terenskog skoka (2V)11. Situacijske vježbe za usavršavanje i automatizaciju elemenata carving skijaške tehnike (1V)12. Situacijske vježbe za usavršavanje i automatizaciju elemenata prijestupne skijaške tehnike (1V)13. Situacijske vježbe za usavršavanje i automatizaciju slalom skijaške tehnike (2V)14. Situacijske vježbe za usavršavanje i automatizaciju veleslalom skijaške tehnike (2V)15. Situacijske vježbe za usavršavanje i automatizaciju superveleslalom skijaške tehnike (2V)16. Situacijske vježbe za usavršavanje i automatizaciju spust skijaške tehnike (2V)					
obveze studenata	Pohađanje svih vrsta nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	15%	1	pismeni ispit	15%	1
	praktični rad	15%	1	seminarski rad	20%	1.5
	usmeni ispit	35%	2.5	ukupno	7.0 ECTS	



obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Cigrovski, V., Matković, B. i suradnici (2019). Sportovi na snijegu. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.2. Matković, B, Ferenčak, S., Žvan, M. (2004). Skijajmo zajedno. Zagreb: Europapress holding i FERBOS inženjering.
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Rađenović, O. i sur. (2008). Alpsko skijanje. Zagreb: Hrvatski zbor učitelja i trenera skijanja.2. Lešnik, B., Žvan, M. (2007). Naše smučine, teorija in metodika alpskega smučanja. Ljubljana: SZS-ZUTS.3. Jurković, N., Jurković, D. (2003). Skijanje, tehnika, metodika i osnove treninga. Zagreb: Graphis.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



SPORTSKI MENADŽMENT – komunikacija u sportskom menadžmentu

(124044)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Darija Omrčen	
kancelarija		116	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		darija.omrcen@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658716	
studijski program	integrirani studij Kineziologije	status predmeta	izborni smjer
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 25P + 35V	broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Cilj je proširiti poznavanje stručnog engleskog vokabulara u menadžmentu i sportu i razviti komunikacijske vještine na engleskom jeziku.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Znanje stručnoga vokabulara u sportskom menadžmentu na engleskome jeziku te znanje iz morfologije, sintakse i semantike stručnoga engleskoga jezika sportskoga menadžmenta.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će: <ul style="list-style-type: none">- steći osnovno znanje o poslovnoj komunikaciji,- usvojiti znanje vokabulara vezanoga za korporacijsku kulturu,- razviti sposobnost komunikacije prema kulturološkim aspektima,- usvojiti terminologiju sportskoga menadžmenta na engleskome jeziku prema temama u nastavnome planu i programu,- razviti produkcijsku razinu znanja stručnoga vokabulara u sportskome menadžmentu na engleskome jeziku, kao i produkcijsku razinu ovladanosti engleskim kao stranim jezikom struke.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja <ol style="list-style-type: none">1. Uvod u predmet. Jezik, govor i kultura. (1P)2. Poznavanje kulturološkog okruženja kao preduvjet odabira načina komunikacije. Govor i kulturni i društveni trendovi. (2P)3. Što je komunikacijski kanal? Što je kodiranje poruke? Kako se kodira poruka? Uloga ciljnog potrošača u kodiranju poruke. – Šest osnovnih pitanja komunikacije: tko šalje poruku, koju poruku šalje, u kojoj situaciji, tko je/su primatelj/i poruke, kojim se kanalima poruka komunicira, koji su učinci komunicirane poruke? Što je komunikacija? Oblici komunikacije. Procesi komunikacije. (2P)4. Poslovna komunikacija. Oblici poslovne komunikacije. Komunikacija u organizaciji. Korporacijske kulture. (2P)5. Komunikacija i kulturološka obilježja. Verbalna i neverbalna komunikacija. Kultura i jezik. (2P)6. Komunikacija među različitim razinama u hijerarhijskoj strukturi organizacije. Komunikacija među članovima iste hijerarhijske razine u strukturi organizacije. (2P)7. Vrste poslova u sportskoj organizaciji. Komunikacija u sportu. (2P)		



8. Engleski jezik u komunikaciji u sportskom menadžmentu. Uloga komunikacije u stvaranju pozitivnog stava i preferencija potencijalnog potrošača prema proizvodu ili usluzi. Terminologija sportskog menadžmenta na engleskom jeziku – njezina osnovna morfološka obilježja. (2P)
9. Obilježja diskursa u sportskome menadžmentu. Univerzalni jezik sporta. Obilježja jezika sporta. (2P)
10. Globalizacija i sport. Važnost poznavanja stranih jezika u sportskome menadžmentu. Promocija i komunikacija. Promocija kao komunikacija. (2P)
11. Obilježja govora (verbalne komunikacije) u pojedinim situacijama: govor u formalnoj komunikaciji i govor u neformalnoj komunikaciji, jezik u ostalim oblicima komunikacije, obilježja izričaja. Obilježja jezika promotivne poruke. Promocija sportsko-rekreacijskih sadržaja u turističkim odredištima, promocija zdravlja. (2P)
12. Osobna komunikacija u sportskome menadžmentu. Komunikacija u menadžmentu sportskog turizma. (2P)
13. Obilježja engleskog jezika u elektroničkim medijima – izvještavanje u sportu, engleski jezik u sportskom novinarstvu. Obilježja pravnoga engleskog jezika u sportskome menadžmentu. (2P)

Vježbe

1. Uvod u vježbe. Obrada terminologije na engleskome jeziku vezane za strukturu kompanije. (1V)
2. Globalna kompanija. Kolokacije u terminologiji vezanoj za strukturu kompanije. Definiranje pojmova vezanih za strukturu kompanije. Sinonimi. Izricanje stupnja značenja. (2V)
3. Globalna proizvodnja. Sinonimi. Definicije pojmova. Nazivi vezani za strateško planiranje. (2V)
4. Ulazak na strano tržište. Kolokacije u terminologiji vezanoj za tržište. Planiranje izlaska na strano tržište prema zadanim natuknicama. (2V)
5. Međunarodno povezivanje. Razumijevanje naziva. Izrada hipotetskoga projekta povezivanja na engleskome jeziku. (2V)
6. Poslovanje u 21. stoljeću. Iznošenje stavova. Planiranje. Obilježja diskursa na engleskome jeziku koji je vezan za iznošenje stavova i planova. (2V)
7. Korporacijske kulture. Sinonimi. Antonimi. Definiranje pojmova. Kolokacije. (2V)
8. Globalna zaposlenja. Definiranje pojmova. Prijedlozi. Izricanje slaganja i neslaganja. (2V)
9. Stavovi menadžmenta. Isto- i bliskoznačnice. Kolokacije. Vrste riječi. (2V)
10. MBA. Iznošenje stavova. Izricanje preferencija. (2V)
11. Odabir zaposlenika. Postavljanje pitanja na engleskome jeziku. Odgovaranje na pitanja na engleskome jeziku. (2V)
12. Odabir menadžera. Opisivanje. Izricanje osobina. Uvježbavanje govora u formalnoj i neformalnoj komunikaciji. (2V)
13. Obrazovanje i obuka. Obrada terminologije vezane za menadžerske vještine. Izricanje savjeta. Izricanje suprotnosti. Usporedba. (2V)
14. Sportski menadžment. Međunarodni menadžeri. Obrada terminologije vezane za sport kao posao, sportsku industriju, sportske proizvode, sponzorstvo, vrste poslova u sportskoj organizaciji, strukturu organizacije. (2V)
15. Globalno razmišljanje. Lokalno djelovanje. Top menadžment. (2V)
16. Obrada terminologije vezane za menadžerske vještine. Obrada terminologije vezane za sportski turizam i sportsku rekreaciju u turizmu. (2V)



	17. Jezik simbola sportske opreme. Izrada promotivne poruke na engleskome jeziku. Izrada novinskoga izvješća u sportskome novinarstvu na engleskome jeziku. (2V) 18. Izricanje slaganja, neslaganja, kritike, pohvale, postavljanje pitanja na engleskom jeziku (što pitati, kako pitati), odgovaranje na pitanja (kakav mora biti odgovor – izbjegavanje neujednačenosti izričaja). (2V)					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	kolokvij	29%	2	pismeni ispit	28%	2
	usmeni ispit	42%	3	ukupno	7.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Fox, R. (2006). Poslovna komunikacija. Zagreb: Hrvatska Sveučilišna naklada, Pučko otvoreno učilište. 2. Pilbeam, A. (2000). International Management. Harlow: Lonman, Financial Times – World Business Newspaper.					
dopunska literatura						
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



TENIS – metodika treninga u tenisu II (124010)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros	
kancelarija		43	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		petar.barbaros@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658643	
vanjski suradnik		Zlatan Bilić, mag.cin	
e-mail		zlatan013@yahoo.com	
vanjska suradnica		Anja Benjak, mag.cin	
e-mail		benjakica@yahoo.com	
vanjski suradnik		doc. dr. sc. Dario Novak	
e-mail		dario.novak@kif.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	IX. – zimski	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Sportovi s reketom s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaši	bodovna vrijednost	7.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + teniski teren		
način izvođenja nastave	60 sati = 15P + 15S + 30V + terenska nastava	broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Postizanje visoke razine teorijskog i praktičnog metodičkog znanja te ostalih bitnih kompetencija za vođenje perspektivnih i naprednih natjecatelja kadetske, juniorske i seniorske dobi.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti stječu visoku razinu osnovnih i specifičnih teorijskih znanja iz metodike treninga tenisa s ciljem adekvatne primjene tih znanja u praksi kroz poduku i trening tenisača i tenisačica različite dobi.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu: - napredna znanja o metodici taktičke pripreme u tenisu; - napredna znanja o metodici psihološke pripreme u tenisu; - osnovna i specifična znanja o metodici teorijske pripreme u tenisu. Navedeno ih osposobljava za: - stručnu teorijsku i praktičnu metodičku analizu stanja kondicijskih sposobnosti; - stručnu teorijsku i praktičnu metodičku analizu stanja psiholoških sposobnosti; - metodičko i pedagoško prenošenje osnovnih i naprednih teorijskih znanja iz tenisa.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja i seminari (svaka se tema obrađuje 1P+1S) 1. Taktika s obzirom na vrste podloga. Metodika individualnog određivanja taktike. 2. Metodika taktike u igri muških, ženskih i mješovitih parova 3. Tehničko-taktičke osnove napadačke (nakon servisa, s osnovne crte i iz polja) i obrambene (nakon prijema servisa, u tempo igri, nakon napada protivnika) igre u tenisu 4. Metode i postupci za analizu taktičkog djelovanja. Razvojni aspekti taktike kroz pojedine dobne kategorije. 5. Registracija i vrednovanje taktičkih parametara natjecanja		



	<ol style="list-style-type: none">6. Metodika psihološke pripreme: značaj i ciljevi psihološke pripreme s obzirom na natjecateljske kategorije7. Metodika psihološke pripreme (igračka inteligencija, percepcija koncentracija, vizualizacija, motivacija, kontrola pritiska)8. Periodizacija i planiranje psihološke pripreme9. Psihološka priprema igrača na turnirima. Organizacija odlaska na natjecanje i prilagodba na turnirske uvjete.10. Neposredna priprema prije susreta. Savjetovanje za vrijeme susreta. Postupci nakon susreta.11. Psihološki aspekti vođenja teniske momčadi12. Psihološke osnove timskog pristupa u razvoju igrača. Stvaranje pratećeg tima. Suradnja unutar tima.13. Uloga obitelji u razvoju igrača14. Metodika teorijske pripreme: značaj teorijske pripreme tenisača15. Distribucija sadržaja teorijske pripreme tenisača tijekom razvoja igrača <p>Vježbe</p> <ol style="list-style-type: none">1. Metodički postupci i vježbe za poučavanje taktike s obzirom na vrste podloga i vrste protivnika (4V)2. Metodički postupci i vježbe za poučavanje tehničko-taktičkih osnova napadačke i obrambene igre u tenisu (4V)3. Metodički postupci i vježbe za poučavanje taktike kroz pojedine dobne kategorije (2V)4. Metodički postupci i vježbe za poučavanje taktike u igri muških, ženskih i mješovitih parova (2V)5. Metodički postupci i vježbe za poučavanje registracije i vrednovanja taktičkih parametara natjecateljske igre (4V)6. Metodički postupci i vježbe za poučavanje značaja pojedinih ciljeva psihološke pripreme s obzirom na natjecateljske kategorije (4V)7. Metodički postupci i vježbe za poboljšanje igračke inteligencije, percepcije, koncentracije, vizualizacije, motivacije i kontrole pritiska (4V)8. Metodički postupci i vježbe za provođenje psihološke pripreme igrača na turnirima (4V)9. Metodički postupci i vježbe za poučavanje pripreme za susret (2V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje teoretske i praktične nastave, zalaganje i aktivan rad na nastavi.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	21%	1.5	kolokvij	21%	1.5
	praktični rad	16%	1	pismeni ispit	21%	1.5
	usmeni ispit	21%	1.5	ukupno	7.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Filipčić, A. (2001). Tenis: tehnika in taktika. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.2. Barbaros-Tudor, P. (2006). Trening mentalnih sposobnosti - Put do uspjeha. Hrvatski magazin – Tenis, 31, (8), 40-41.3. Barbaros-Tudor, P. (2007). Trening mentalnih sposobnosti – Umjetnost ovladavanja mentalnim vještinama. Hrvatski magazin – Tenis, 32, (8), 40-41.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Antoun, R. (2007). Women's tennis tactics. Human kinetics, USA.2. Cayer, L. (2004). Doubles tennis tactics. ITF, USA.3. Hoskins, T. (2003). The tennis drill book. Human kinetics, USA.4. Girod, A. (1999). Concentration In Tennis: Mechanism And Exercises. London, UK. ITF Coaches Review, 17, 4-5.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



IZVEDBENI PLAN NASTAVE PREDMETA 5. GODINE STUDIJA

X. SEMESTAR

Šifra predmeta	OBVEZNI PREDMETI	NOSITELJ	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
168897	Diplomski rad			20		7.0
31109	Kineziološka metodika u visokom obrazovanju	prof. dr. sc. Igor Jukić	15		15	3.0
123978	Život u prirodi i vještina preživljavanja	izv. prof. dr. sc. Dražen Harasin	12	24	24	4.0
UKUPNO			27	44	39	14

IZBORNI PREDMETI U PONUDI X. SEMESTRA

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
206475	Joga	izv. prof. dr. sc. Maja Horvatin	6	12	12	2.0
139691	Kineski jezik u kineziologiji	izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović	15		15	2.0
124064	Kineziološka komunikologija	doc. dr. sc. Sunčica Bartoluci	15	15		2.0
172736	Meteorologija i sport	mr. sc. Dragoslav Dragojlović, pred.	25	5		2.0
172737	Odabrane teme iz pedijatrije	prim. Mandica Vidović	15	15		2.0
124070	Odbojka na pijesku	prof. dr. sc. Nenad Marelić	6	12	12	2.0
124078	Olimpizam	doc. dr. sc. Zrinko Čustonja	15	15		2.0
139686	Osnove golfa	doc. dr. sc. Danijel Jurakić	6	12	12	2.0
124082	Preživljavanje u prirodi	izv. prof. dr. sc. Dražen Harasin	6	12	12	2.0
124083	Primijenjeni gimnastički programi	prof. dr. sc. Kamenka Živčić	15	15		2.0
124080	Rukomet na pijesku	doc. dr. sc. Katarina Ohnjec	6	12	12	2.0
124086	Sport, navijači i kulture mladih	izv. prof. dr. sc. Benjamin Perasović	20	10		2.0
172738	Sustavi komunikacije osoba s oštećenjem sluha u kineziologiji	doc. dr. sc. Luka Bonetti	20	10		2.0
172739	Tjelesno vježbanje neuroloških bolesnika	izv. prof. dr. sc. Iris Zavoreo	12	12	6	2.0
124089	Wellness	prof. dr. sc. Mirna Andrijašević	15		15	2.0
124090	Znanstveni engleski	doc. dr. sc. Darija Omrčen	10		20	2.0
studenti u ovom semestru upisuju 3 izborna predmeta			6 ECTS			



PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA X. SEMESTRA

Šifra predmeta	PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
124034	Grupni fitnes programi II	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	5	20	20	4.5
124033	Programiranje treninga fitnesa	doc. dr. sc. Josipa Nakić	30	15		4.5
123982	Kontrola treniranosti u hrvanju	izv. prof. dr. sc. Mario Baić	15		15	3.0
123981	Programiranje treninga u hrvanju	izv. prof. dr. sc. Mario Baić	30	30		6.0
123995	Kontrola treniranosti u jedrenju	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	15		15	3.0
123994	Programiranje treninga u jedrenju	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	30	30		6.0
123997	Kontrola treniranosti u judu	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	15		15	3.0
123996	Programiranje treninga u judu	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	30	30		6.0
124035	Metodika kineziološke rekreacije u turizmu	doc. dr. sc. Drena Trkulja-Petković	60	14	16	9.0
124036	Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka III	izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović	15	15		3.0
124041	Odabrana poglavlja interne medicine	prof. dr. sc. Marjeta Mišigoj-Duraković	15	15		3.0
124040	Odabrana poglavlja neurologije	izv. prof. dr. sc. Iris Zavoreo	15	15		3.0
124032	Kontrola treniranosti	prof. dr. sc. Igor Jukić	15		15	3.0
124030	Programiranje kondicijske pripreme	doc. dr. sc. Cvita Gregov	30	15	15	6.0
123999	Kontrola treniranosti u košarci	prof. dr. sc. Damir Knjaz	15		15	3.0
123998	Programiranje treninga u košarci	prof. dr. sc. Damir Knjaz	30	30		6.0
124001	Kontrola treniranosti u nogometu	doc. dr. sc. Valentin Barišić	15		15	3.0
124000	Programiranje treninga u nogometu	doc. dr. sc. Valentin Barišić	30	30		6.0
124003	Kontrola treniranosti u odbojci	doc. dr. sc. Tomica Rešetar	15		15	3.0
124002	Programiranje treninga u odbojci	prof. dr. sc. Nenad Marelić	30	30		6.0
172746	Kontrola treniranosti u plesu	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	15		15	3.0
172745	Programiranje treniga u plesu	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	30	30		6.0
124019	Kontrola treniranosti u skijanju	prof. dr. sc. Bojan Matković	15		15	3.0
124018	Programiranje treninga u skijanju	prof. dr. sc. Bojan Matković	30	30		6.0
124042	Marketing menadžment u sportu	prof. dr. sc. Jurica Pavičić	30	15		4.0
124043	Poduzetništvo u sportu	izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	25	20		5.0
124024	Kontrola treniranosti u tenisu	izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros	15		15	3.0
124023	Programiranje treninga u tenisu	izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros	30	30		6.0



KINEZILOŠKA METODIKA U VISOKOM OBRAZOVANJU (31109)

nositelj predmeta	prof. dr. sc. Igor Jukić		
kancelarija	124		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	igor.jukic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658724		
nastavnik	dr. sc. Hrvoje Podnar		
kancelarija	127		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	hrvoje.podnar@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658728		
vanjska suradnica	izv. prof. dr. sc. Romana Caput		
e-mail	romana.caput@kif.hr / rcaput@agr.hr		
vanjska suradnica	Irena Bagarić, prof.		
e-mail			
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obavezan
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz Opće kineziološke metodike, Kineziološke metodike u osnovnom i srednjem školstvu, Didaktike, Pedagogije, Psihologije i Teorije treninga.	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana + izvan fakulteta / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V + samostalni zadaci + mješovito e-učenje + mentorski rad	očekivani broj studenata na predmetu	150-165
ciljevi predmeta	Upoznati studente s primjenom tipičnih kinezioloških teorijskih i motoričkih znanja u svim oblicima odgojno-obrazovnog rada u visokom obrazovanju. Osposobiti studente za provedbu sata redovite nastave tjelesne i zdravstvene kulture.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Razumjeti stečena znanja u odgojno-obrazovnom radu u visokom obrazovanju. Primijeniti stečena znanja u redovitoj nastavi visokog obrazovanja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- poznavati antropološka obilježja postadolescenata i odraslih,- primijeniti stečena znanja u izbornim programima,- razumjeti ustrojstvo visokog školstva,- razumjeti posebnosti planiranja i programiranja u visokom obrazovanju,- poznavati fakultativne programe.		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>PREDAVANJA (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata, osim teme pod red.br. 8. Koja se obrađuje 1 nastavni sat)</p> <p>1. UVOD Razvojni put nastave tjelesne i zdravstvene kulture u visokom obrazovanju i studentskog športa</p> <p>2. ANTROPOLOŠKA OBILJEŽJA STUDENATA Razvojno razlikovanje studenata; Postadolescencija; Odraslost; Pregled istraživanja na studentskoj populaciji</p> <p>3. TJELESNO I ZDRAVSTVENO ODGOJNO-OBRAZOVNO PODRUČJE Vrste odgojno-obrazovnog rada u tjelesnom i zdravstvenom području (Nastavni programi, Izborni programi, Fakultativni programi)</p> <p>4. NASTAVNI PLAN I PROGRAM TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE U VISOKOM OBRAZOVANJU Nastavni planovi i programi tjelesne i zdravstvene kulture u visokom obrazovanju; Nastavni plan i program tjelesne i zdravstvene kulture u visokom obrazovanju (Nastavni programi); Ishodi i kompetencije; Praćenje i vrednovanje nastave</p> <p>5. PLANIRANJE I PROGRAMIRANJE NASTAVNOG PROCESA Posebnosti planiranja i programiranja u visokom obrazovanju; Posebnosti organizacije rada u visokom obrazovanju; Model izvedbenog nastavnog plana i programa tjelesne i zdravstvene kulture u visokom obrazovanju; Opis poslova i aktivnosti nastavnika tjelesne i zdravstvene kulture na Sveučilištu u Zagrebu</p> <p>6. IZVANNASTAVNE SPORTSKE AKTIVNOSTI I STUDENTSKI SPORT Studentski sport; Hrvatski sveučilišni športski savez (HSŠS); Međunarodne sveučilišne sportske organizacije (EUSA – FISU, ENAS)</p> <p>7. VISOKO OBRAZOVANJE Zakonska regulativa u visokom obrazovanju; Usporedba odgojno-obrazovnog rada u visokom u odnosu na srednje obrazovanje; Uloga, ciljevi i zadaće tjelesne i zdravstvene kulture u visokom obrazovanju</p> <p>8. ZDRAVLJE – ZDRAVSTVENA ZAŠTITA – ZDRAVSTVENA KULTURA Zdravstvena zaštita studenata; Programi za studente s posebnim potrebama; Model suradnje nastavnika tjelesne i zdravstvene kulture i liječnika školske medicine</p> <p>VJEŽBE (održavaju se na fakultetima Sveučilišta u Zagrebu (imena mentora i nazivi fakulteta u prilogu)</p> <p>1. Prikazi sata tjelesne i zdravstvene kulture (uzorna predavanja) u visokom obrazovanju (Nastavni programi, Izborni programi, Fakultativni programi)</p> <p>STRUČNO-METODIČKA PRAKSA U SREDNJEM ŠKOLSTVU (trajanje 2 x 14 dana; studenti su oslobođeni nastave na fakultetu 2 x 7 dana, a preostale sate odrađuju u dogovoru s mentorom)</p>
obveze studenata	Redoviti pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi



praćenje rada studenata	pohađanje nastave	33%	1	pismeni ispit	33%	1
	usmeni ispit	34%	1	ukupno	3.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Neljak, B., Caput-Jogunica, R. (2011). Kineziološka metodika u visokom obrazovanju. Skripta za studente X. semestra. (Zavod za opću i primijenjenu kineziologiju – interni nastavni recenzirani materijal). Zagreb: Kineziološki fakultet. 2. Caput-Jogunica, R., Čurković, S., Pintar, L. (2006). Istraživanje potrebe uvođenja teorijske nastave tjelesne i zdravstvene kulture u visokim učilištima. u: „Kvaliteta rada u područjima edukacije, sporta i sportske rekreacije.“ Findak, V. (ur.) Zbornik radova 15. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. Rovinj, 418-422.					
dopunska literatura	1. Gošnik, J., Fučkar, K., Alikalfić, V. (2003). Preferences toward sports of students at the Faculty of Philosophy. In: Puhak, S., Kristić, K. (Eds.), Proceedings book of XVI European Sports Conference, Dubrovnik, 2003, „Making Sport Attractive for All“, Zagreb: Ministry of Education and Sport of the Republic of Croatia, 71-77.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					
mentori za realizaciju vježbi	1. Davor Babić, prof. , Bogoslovno katolički, Šumarski fakultet, Svetošimunska 25 2. Irena Bagarić, prof. , Stomatološki fakultet, Dvorana S. D. Peščenica, Ulica grada Gospića 1 3. Vesna Alifatić, prof. , Filozofski fakultet, Dvorana S. D. Martinovka, Miramarska b.b. 4. Ines Modrić, prof. , Ekonomski fakultet, Trg J. F. Kennedyja 6. 5. Nataša Špehar, prof. , Veleučilište, Gundulićeva 10. 6. Lidija Podvalej, prof. , Prehrambeno biološki fakultet, Pierottijeva 6. 7. Saša Čuić, prof. , Veterinarski fakultet, Heinzelova 55. 8. Svjetlana Fuštek, prof. , Filozofski fakultet, Dvorana S. D. Martinovka, Miramarska b.b.					



ŽIVOT U PRIRODI I VJEŠTINA PREŽIVLJAVANJA (123978)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Dražen Harasin	
kancelarija		123	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		drazen.harasin@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658702	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezan
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema posebnih preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	4.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + terenska nastava / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams.u		
način izvođenja nastave	60 sati = 12P + 24S + 24V + terenska nastava	očekivani broj studenata na predmetu	150-175
ciljevi predmeta	Studentima dati teorijska i praktična znanja koja osiguravaju sigurno boravljenje u prirodi i preživljavanje. Primjena naučenog u pripremi i provedbi višednevnog boravka u prirodnom okruženju.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će nakon položenog kolegija razumjeti teorijsku pozadinu primarnih ljudskih potreba i ulogu pojedinih vještina u zadovoljenju osnovnih bioloških potreba u prirodnom okruženju. Usvojiti će praktična znanja bitna za učinkovito zadovoljenje primarnih ljudskih potreba u prirodnom okruženju. Steći će organizacijska znanja potrebna za provođenje višednevne ture i tabora. Položenim predmetom dobiti će teorijsku i praktičnu bazu za upravljanje rizikom, donošenje odluka i rješavanje problema u stvarnoj situaciji u organizaciji tabora ili vođenju ture kroz prirodu te za optimalnu reakciju u neplaniranim situacijama prilikom boravka u prirodi.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- planirati i organizirati boravak veće skupine ljudi u prirodnom okruženju, podići tabor s kompletnom infrastrukturom u prirodi,- izbjeći neželjenu interakciju s prirodom,- pružiti prvu pomoć u prirodi,- orijentirati se u prirodi pomoću karte i kompasa, ručnog GPS uređaja ili prirodnih orijentira,- komunicirati u prirodi međunarodnim zvučnim i vidnim znakovima,- planirati potrebe za vodom u prirodnom okruženju u odnosu na vanjsku temperaturu, količinu i intenzitet tjelesnog rada; optimalno reagirati u neplaniranim situacijama u odnosu na potrebu za vodom; koristiti tehnike prikupljanja vode u prirodi i tretmane za pitkost vode,- potpaliti vatru ferocerijskim kresivom, kontrolirati otvoreni plamen različitih tipova vatrišta i sigurno ga koristiti u grijanju, osvjetljavanju, tretmanu pitkosti vode i pripremi hrane, koristiti plamenike na različita goriva,- podići i srušiti različite tipove šatora, podići zaklon od šatorskog krila, podići privremeni zaklon od drveta, koristiti prirodne zaklone,- planirati potrebe za hranom u prirodi; odabrati namirnice prikladne za prehranu u prirodi; optimalno reagirati u neplaniranim situacijama u odnosu na potrebu za hranom; koristiti biljke i gljive za prehranu u prirodi; koristiti tehnike lova i ribolova; pripremiti hranu na otvorenom plamenu u prirodi; konzervirati hranu u prirodi- pravilno i sigurno koristiti alat i opremu.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Teorijska predavanja (svaka se tema obrađuje dva nastavna sata) 1. Osnovne biološke potrebe čovjeka; fiziologija i psihologija preživljavanja		



prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none">2. Razumijevanje života u prirodnom okruženju: uzajamni odnosi živih organizama u prirodnom okruženju, protok energije3. Primitivne vještine i znanja u zadovoljenju ljudskih potreba u prirodnom okruženju4. Planiranje putovanja i boravka u prirodi. Lokacija, organizacija i infrastruktura tabora.5. Odjeća i obuća za boravak u prirodi. Alati i oprema.6. Analiza motoričkih znanja u životu i preživljavanju u prirodi <p>Teorijsko praktična predavanja i vježbe (svaka se tema obrađuje 2TPP+2V))</p> <ol style="list-style-type: none">1. Pakiranje naprtnjače, stavljanje i skidanje naprtnjače. Pravilno i sigurno korištenje alata, održavanje alata. Upotreba užeta, korisni čvorovi, upotreba šatorskog platna.2. Lociranje i prikupljanje vode iz površinskih vodotoka, tretman vode radi pitkosti; transpiracijska i kondenzacijska zamka3. Tipovi vatrišta, odabir drveta, uređenje vatrišta, potpala vatre šibicama, pravilno gašenje vatre. Potpala vatre ferocerijem kresivom. Potpala vatre primitivnim metodama potpale - svrdlanje lukom. Plamenici na kruta, tekuća i plinska goriva.4. Tipovi i karakteristike šatora, dizanje i rušenje šatora. Izrada zaklona od šatorskog krila. Korištenje prirodnih zaklona. Izrada zaklona od priručnog prirodnog materijala. (2TP+2V)5. Namirnice za prehranu u prirodi. Osnove pripremanja hrane u prirodi. Metode konzerviranja hrane u prirodi.6. Samoniklo jestivo bilje, ljekovito bilje, otrovno bilje, zaštićeno bilje. Jestive gljive, otrovne gljive.7. Praktični lov, zoologija divljih životinja, tehnike lova, čišćenje u postupku pripreme hrane8. Praktični ribolov, zoologija riba, tehnike ribolova, čišćenje u postupku pripreme hrane9. Putovanje različitim prijevoznim sredstvima kroz prirodu (terenski automobil, motocikl, plovila, bicikl). Tehnika kretanja u prirodi (hodanje, penjanje, plivanje, veslanje).10. Orijentacija i navigacija pomoću karte i kompasa. Navigacija pomoću ručnog GPS uređaja. Orijentacija pomoću prirodnih orijentira.11. Tjelesna pripremljenost u životu i preživljavanju u prirodi. Izbjegavanje neželjene interakcije s prirodom. Osnove vremenske prognoze. Svladavanje opasnog terena (spuštanje i penjanje užetom, prelazak rijeke).12. Vizualna i zvučna signalizacija, signalni uređaji, međunarodni znakovi. Prva pomoć u prirodi – prevencija, prepoznavanje i postupak za specifične ozljede.					
obveze studenata	Redoviti pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi					
praćenje rada studenata	aktivnosti na nastavi	25%	1	pismeni ispit	25%	1
	praktični rad	12.5%	0.5	3 praktična kolokvija	25%	1
	usmeni ispit	12.5%	0.5	ukupno	4.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Harasin, D. (2018) Presentacije teorijskih predavanja. Marlin- sustav za e-učenje.2. Harasin, D. (2018) Nož za preživljavanje. Zbornik radova 27. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. (str. 256-263), Poreč, 2018.3. Harasin, D. (2017) Elementi tehnike metode luka i svrdla. 2017, Zbornik radova 26. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. (str. 308-313) Poreč, 2017.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Harasin, D., Puljić, M. (2016) Utjecaj distribucije tereta u naprtnjači na potrošnju energije u hodanju po usponu. Zbornik radova 25. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. (str. 349-353), Poreč, 2015.2. Harasin, D., Puljić, M. (2015) Utjecaj težine obuće na potrošnju energije pri hodanju po usponu, 2015, Zbornik radova 24. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. (str. 148-153), Poreč, 2015.					



	3. Harasin, D., Ivić, M. (2014) Uže i uzlovi u preživljavanju u prirodi. Zbornik radova 23. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske. Poreč, (str. 538-542), 2015, Poreč.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



DIPLOMSKI RAD

Na temelju *Odluke o rasporedu nastave, ispitnih rokova i blagdana na integriranom preddiplomskom i diplomskom sveučilišnom studiju kineziologija i na redovitom preddiplomskom stručnom studiju izobrazba trenera u akademskoj 2020./21. godini* na 3. elektroničkoj sjednici Fakultetskog vijeća održanoj od 13. – 17. srpnja 2020. godine.

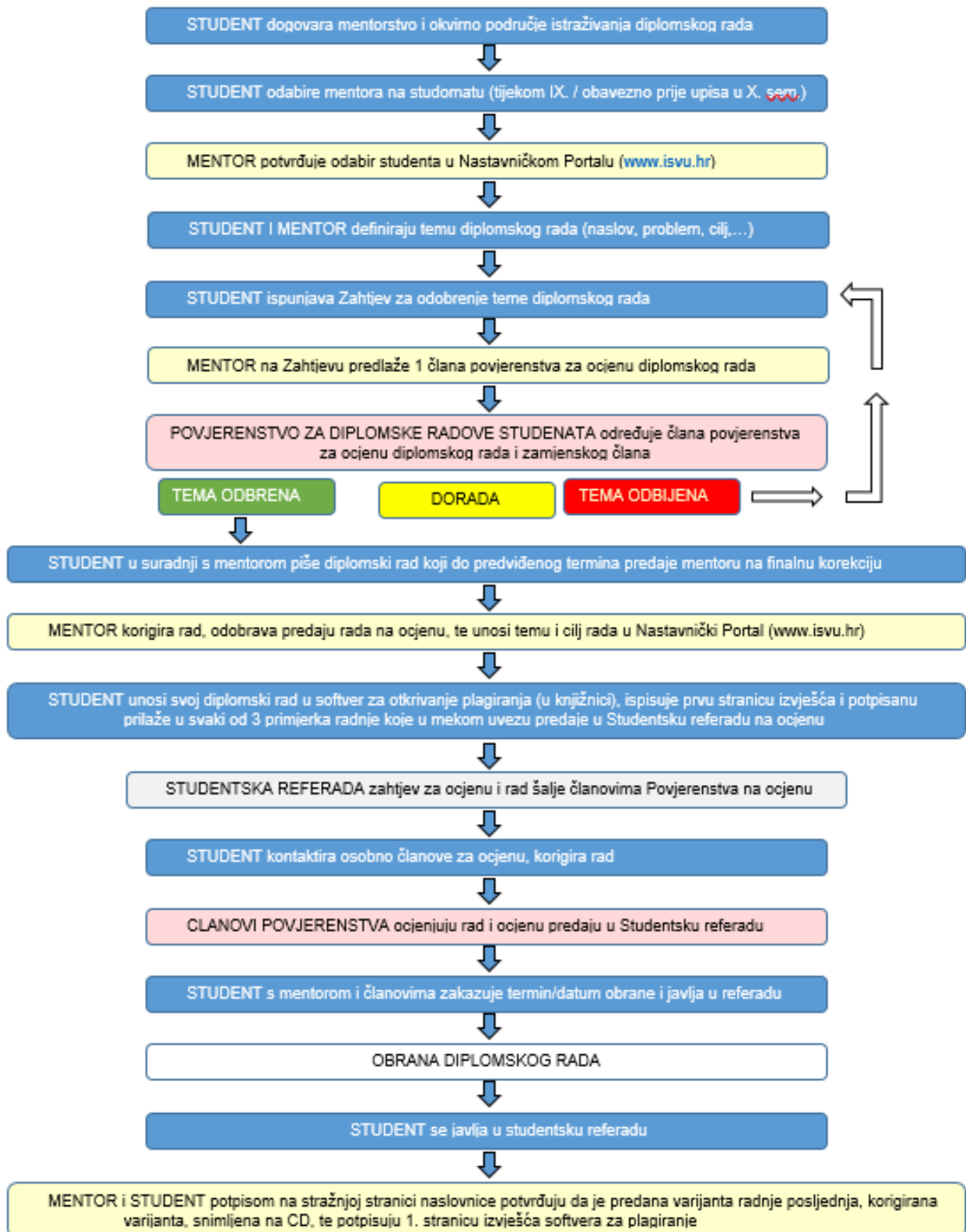
čl. VIII.

Studenti koji u ak. 2020./21. godini upisuju petu godinu studija, kao i studenti koji su već odslušali cjelovitu nastavu na sveučilišnom studiju Kineziologija, a koji namjeravaju i diplomirati do kraja navedene akademske godine (**do 30. 9. 2021. godine**) obvezni su:

- **tijekom IX. semestra, a najkasnije do upisa u X. semestar**, putem studomata, **odabrati potencijalnog mentora**;
- **najkasnije do 03. 5. 2021.** godine, u neposrednoj suradnji sa svojim mentorom, definirati i **podnijeti zahtjev** za odobrenje teme svog diplomskog rada;
- **zaključno do 09. 7. 2021.** godine **predati** svom **mentor**u završen i uređen diplomski **rad na završnu korekciju**;
- **najkasnije do ponedjeljka 30. 8. 2021.** godine **predati u Studentsku referadu** završen diplomski rad **u tri** slobodno uvezena **primjerka** Povjerenstvu za ocjenu diplomskog rada.



REDOSLIJED TIJEKA PRIJAVE, PREDAJE I OBRANE DIPLOMSKOG RADA





IZBORNI PREDMETI U PONUDI X. SEMESTRA

Šifra predmeta	IZBORNI PREDMETI	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
			P	S	V	
206475	Joga	izv. prof. dr. sc. Maja Horvatin	6	12	12	2.0
139691	Kineski jezik u kineziologiji	izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović	15		15	2.0
124064	Kineziološka komunikologija	doc. dr. sc. Sunčica Bartoluci	15	15		2.0
172736	Meteorologija i sport	mr. sc. Dragoslav Dragojlović, pred.	25	5		2.0
172737	Odabrane teme iz pedijatrije	prim. dr. med. Mandica Vidović	15	15		2.0
124070	Odbojka na pijesku	prof. dr. sc. Nenad Marelić	6	12	12	2.0
124078	Olimpizam	doc. dr. sc. Zrinko Čustonja	15	15		2.0
139686	Osnove golfa	doc. dr. sc. Danijel Jurakić	6	12	12	2.0
124082	Preživljavanje u prirodi	izv. prof. dr. sc. Dražen Harasin	6	12	12	2.0
124083	Primijenjeni gimnastički programi	prof. dr. sc. Kamenka Živčić	15	15		2.0
124080	Rukomet na pijesku	doc. dr. sc. Katarina Ohnjec	6	12	12	2.0
124086	Sport, navijači i kulture mladih	izv. prof. dr. sc. Benjamin Perasović	20	10		2.0
172738	Sustavi komunikacije osoba s oštećenjem sluha u kineziologiji	doc. dr. sc. Luka Bonetti	20	10		2.0
172739	Tjelesno vježbanje neuroloških bolesnika	izv. prof. dr. sc. Iris Zavoreo	12	12	6	2.0
124089	Wellness	prof. dr. sc. Mirna Andrijašević	15		15	2.0
124090	Znanstveni engleski	doc. dr. sc. Darija Omrčen	10		20	2.0
studenti u ovom semestru upisuju 3 izborna predmeta			6 ECTS			



JOGA (206475)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Maja Horvatin	
kancelarija		40/4	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		maja.horvatin@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658606	
gostujući predavač		Pradeep Urs	
konzultacije		mail-om	
e-mail		tic.zagreb@mea.gov.in , sharpadv06@gmail.com	
telefon		+385 99675 4335	
vanjski suradnik		Tena Matolić, mag.cin	
e-mail		tena.matolic@hotmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni predmet
semestar	X. - ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica (V) dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V	očekivani broj studenata na predmetu	do 40
ciljevi predmeta	Razumijevanje jogijskog pristupa čovjeku inspiriranom Patanjalijevom Joga Sutrama i takozvanim principom „osam udova joge“, kao i pristupom istaknutom u tekstu Hatha Joga Pradipike. Upoznavanje sa značajom joge u postizanju općeg blagostanja organizma, povezanošću uma sa tijelom i dahom, utjecajem prakse na mentalno i fizičko zdravlje pojedinca, wellness, kao i prepoznavanje dugotrajnog efekta joge na kvalitetu života i optimiziranje sportskih rezultata. Primjena metoda selekcija sadržaja za vježbanje i razvoj različitih motoričkih sposobnosti, kao i mogućnost primjene koncepta joge u prevenciji i rehabilitaciji. Stjecanje teorijskog i praktičnog znanja o terapijskim metodama joge te primjenjivanjem istih kod pristupa i liječenja različitih anatomskim, fiziološkim i psihološkim problema (uključujući visoki krvni tlak, neadekvatna aktivnost žlijezda za izlučivanje, problemi probavnog i dišnog sustava, gubitak koncentracije, enuziazma, motivacije, stres, anksioznost, depresija, artritis, bol u leđima...)		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će moći razumjeti i primijeniti osnovne principe joge o razvoju ljudskog bića na mentalnom, psihičkom, fizičkom, duhovnom planu u svojoj privatnoj praksi, te grupnim i individualnim radom sa različitim populacijom ljudi u edukaciji, rekreaciji i profesionalnom sportu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: <ul style="list-style-type: none">- primijeniti teorijsko i praktično iskustvo fizičkih, mentalnih i duhovnih aktivnosti joge u svojoj profesiji- razviti dublju svijest i povezanost sa vlastitim tijelom i praksom- razumjeti osnovnu povezanost ljudskog tijela, daha, emocija i uma- koristiti tehnike joge u postizanju mirnoće i uvida kada je to potrebno (npr. Profesionalni sport)- planirati i programirati aktivnosti joge za razvoj određenih motoričkih sposobnosti- planirati i programirati aktivnosti joge u terapijske i prevencijske svrhe		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja: <ol style="list-style-type: none">1. Što je joga, osam udova joge, filozofija joge po Patanjaliju. Značaj i utjecaj joge u kondicijskoj pripremi sportaša i postizanju sportskih rezultata. (2L)		



	<ol style="list-style-type: none"> 2. Fiziologija i anatomija položaja joge (asana) za razvoj motoričkih sposobnosti – snaga, stabilnost, ravnoteža i propriocepcija.(2L) 4. Fiziologija i anatomija položaja joge (asana) za razvoj motoričkih sposobnosti – mobilnost, fleksibilnost, koordinacija i agilnost.(2L) 5. Fiziologija i anatomija tehnika disanja joge (Pranayama), povezanost istih sa autonomnim živčanim sustavom i značaj u postizanju uravnoteženosti I ekvilibrijuma organizma.(2L) 6. Značaj meditacije (Dhyana) za sportaše; Utjecaj iste na koncentraciju, fokus i pažnju, disciplinu, mirnoću i faktore stresa. Različite vrste meditacije. (2L) 7. Terapeutski pristup joge, shvaćanje uzroka mnogih disbalansa i ozljeda, povezanost joga-asana i manipulacije bitnih točaka u ljudskom tijelu, djelovanje na fasciju; Pristup boli; Joga kriye za poticanje fizičkih I mentalnih promjena koje utječu na tijelu, um i duh simultano. (2L) 8. Tipovi konstitucije po jogijskom shvaćanju, zdrave prehrambene i životne navike, život u sinergiji sa prirodom i drugima. Prakticiranje dublje svijesti o vlastitom tijelu, prisutnost. (2L) <p>Vježbe:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Prakticiranje Yama (etičkih načela) i Niyama (samo discipline) kroz igre i suradnju (2E) 2. Sekvenca joga-asana za razvoj snage, stabilnosti i izdržljivosti (2E) 3. Sekvenca joga-asana za razvoj ravnoteže i propriocepcije (2E) 4. Sekvenca joga-asana za razvoj mobilnosti i fleksibilnosti (2E) 5. Terapeutski pristup joge za donje ekstremitete – gležanj, koljeno, kuk (2E) 6. Terapeutski pristup joge kralježnici I gornjim ekstremitetima – zapešće, lakat, rame (2E) 7. Opuštajuća sekvenca joge, joga nidra i “yin” joga. (2E) 8. Pranayama, Meditacija i Kriya (2E) 					
obveze studenata	Redovitost solazaka na nastavu					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	15%	0.3	praktični ispit	35%	0.7
	seminarski rad	35%	0.7	pismeni ispit	15%	0.3
	ukupno				2.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Miklec, J. (2012). Science of Vedic Yoga. Zagreb: Društvo za športsku rekreaciju „SUNCE“ 2. Saraswati, S., S. (2008). Asana Pranayama Mudra Bandha. Pula: Centar za unapređivanje kvalitete života Mandala 3. Balkrishna, A. (2007). Yog In Synergy with Medical Science. Uttarakhand, India: Divya Prakashan 4. Matolić, T. (2018). Utjecaj joge na varijabilnost srčanog ritma, tlak, te subjektivan osjećaj stresa kod osoba sa i bez iskustva u jogi. Diplomski rad. Zagreb: Kineziološki fakultet 					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Avison, J. (2015). Yoga: Fascia, Anatomy and Movement. United Kingdom: Handspring Publishing 2. Saraswati S., Saraswati N. (2002.) Four Chapters on Freedom: Commentary on the Yoga Sutras of Patanjali. Yoga Publications Trust 3. Iyengar, B. K. S. (1966.) Light on Yoga. Allen & Unwin Muktibodhananda, S. (1998.) Hatha Yoga Pradipika. Yoga Publications Trust Orlić, D. (2001). Iskustvo yoge. Zagreb: Naklada Jesenski i Turk 4. Whitwell, M. (2012). Yoga srca: Iscjeljujuća snaga prisnosti. Zagreb: Algoritam 					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KINESKI JEZIK U KINEZILOGIJI(139691)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović				
kancelarija		115				
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom				
e-mail		lidija.petrinovic@kif.unizg.hr				
telefon		+38513658715				
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta		izborni		
semestar	X. – ljetni	godina studija		V.		
uvjeti za upis predmeta	Potrebno znanje engleskog jezika	bodovna vrijednost		2.0 ECTS		
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u					
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S	očekivani broj studenata na predmetu		do 60		
ciljevi predmeta	Cilj je obraditi osnove kineskog jezika, uz odabrani skup stručnih naziva. Cilj je obraditi osnovne nazive dijelova tijela, glagole koji označavaju pokrete. Cilj je i ovladati nazivima pojedinih sportova i sportskih disciplina.					
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- spoznati važnost adekvatne uporabe nazivlja- na recepcijskoj razini ovladati osnovama kineskog jezika i odabranim stručnim vokabularom- razumijevanje teksta s osnovnim stručnim vokabularom na kineskom jeziku					
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će: <ul style="list-style-type: none">- usvojiti osnovne komunikacijske elemente u kineskom jeziku- usvojiti kineziološku terminologiju na kineskom jeziku prema temama u nastavnom planu i programu- steći osnovna znanja vezana za izgovor riječi u kineskom jeziku					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja: <ol style="list-style-type: none">1. Upoznavanje s ciljem kolegija, okvirnim programom predmeta te načinom provođenja kolokvija i ispita (1P)2. Teorija znakova i komunikacije (2P)3. Tonovi u kineskom jeziku (2P)4. Pin Yin i pisanje znakova (2P)5. Glagoli u kineskom jeziku koji označavaju pokrete (2P)6. Obrada kineskih naziva za sportove i sportske discipline (2P)7. Osnove razumijevanja kineske gramatike (2P)8. Obrada kineskih naziva za sprave i rekvizite u sportu i tjelovježbi (2P) Vježbe: <ol style="list-style-type: none">1. Uvježbavanje izgovora osnovna četiri tona u kineskom jeziku (2V)2. Osnove pisanja kineskih znakova (2V)3. Uvježbavanje čitanja pin yina (2V)4. Obrada nazivlja vezanog za različite sportove (2V)5. Obrada kineske gramatike (1V)6. Obrada kineskih naziva u tjelovježbi (pokreti, ravnine, stavovi) (2V)7. Uvježbavanje jednostavnih rečenica koristeći naučenu stručnu terminologiju (4V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, zalaganje i aktivan rad na nastavi.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	13%	0.5	kolokvij	29%	0.5
	pismeni ispit	29%	0.5	usmeni ispit	29%	0.5



				ukupno	2.0 ECTS
obvezna literatura	Wu Zhongwei, Suvremeni kineski za početnike, Sinolingua, Peking 2010				
dopunska literatura	Li Xiaoqi, Boya Chinese Elementary, Peking University Press, Peking 2013.				
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.				



KINEZILOŠKA KOMUNIKOLOGIJA (124064)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Sunčica Bartoluci	
kancelarija		141/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		suncica.bartoluci@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658608	
vanjska suradnica		doc. dr. sc. Diana Tomić	
kancelarija		141/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		dtomic@ffzg.hr	
djelatnica		Katarina Šarić	
kancelarija		141/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		katarina.saric@kif.unizg.hr	
vanjski suradnik		Jelena Kolar, dipl. novinar	
kancelarija		141/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		jelenakolarhr@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S + samostalni zadaci + mješovito e-učenje + multimedija i mreža	očekivani broj studenata na predmetu	do 40
ciljevi predmeta	Kod studenata osvijestiti važnost komunikacije kao ljudske djelatnosti s posebnim naglaskom na važnosti kineziologa kao komunikatora. Utvrđivanje veze stručnih i komunikacijskih kompetencija kineziologa kao temeljnog alata za profesionalni uspjeh. Upoznavanje studenata s važnošću i društvenim utjecajem medija te savladavanje tehnika za uspješniji javni i medijski nastup.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- razumijevanje procesa komunikacije;- identificiranje i kritičko vrednovanje kvalitete različitih oblika komunikacije;- unaprijeđenje vlastitih komunikacijskih vještina u praksi;- razumijevanje odnosa s medijima.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- razumjeti komunikacijski fenomen i različite vrste komunikacije,- primijeniti usvojene tehnike aktivnog slušanja govora, smanjenja straha i treme i unaprjeđenja javnog nastupa na vlastita izlaganja,- razumjeti ulogu medija u kineziološkoj struci,- održati javno izlaganje stručnoj publici,- analizirati i procijeniti različite oblike verbalne i neverbalne poruke,- upotrebljavati materijale za e-učenje za dodatno razvijanje komunikacijskih vještina.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja (svaka tema se obrađuje 2 nastavna sata) 1. Uvod u kineziološku komunikologiju. Definiranje pojma komunikacije i komunikologije kao znanosti. Vrste komunikacije (intrapersonalna, interpersonalna, komunikacija u maloj grupi,		



<p>prema satnici nastave</p>	<p>javna komunikacija, masovna komunikacija). Temeljni pojmovi: komunikacija, komunikator, komunikolog, komunikologija.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Uloga i značaj kineziologa (profesora, sportaša, trenera, suca, sportskog menadžera, sportskog novinara) u procesu komunikacije . 3. Verbalna komunikacija. Tehnike govorne izvedbe s ciljem smanjenja straha i treme pred javni nastup. Vrste šumova u komunikacijskom kanalu. Paralingvistički i ekstra lingvistički znakovi u komunikaciji (glasnoća, tempo, intonacija, ritam, stanke; boja glasa; ostali oblici glasanja). 4. Neverbalna komunikacija. Govor tijela kao „oruđe“ kineziologa. Mimika, geste i prostor. 5. Slušanje kao komunikacijski fenomen: vrste neslušanja, aktivno slušanje, tehnike unaprijeđenja slušanja. „<i>Silenzio stampa</i>“ – medijska karantena. 6. Vještine javnog komuniciranja: vještine javnog nastupa, priprema, oblikovanje i izvedba. 7. Mediji i sport. Odnosni s javnošću (PR). Moralna panika. 8. Kolokvij i evaluacija kolegija <p>Seminarska nastava prati predavanja te ih nadopunjuje i proširuje. Precizni sadržaj seminarske nastave oblikovat će se za svaku akademsku godinu posebno ovisno o aktualnostima u javnom životu. Temeljni okvir seminara (kao i kod predavanja, jedna natuknica se provodi tijekom dva sata nastave):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Važnost komunikacije na području kineziologije: u sportu, edukaciji i rekreaciji. Isticanje veze između stručnih znanja i vještine prenošenja tih znanja u sklopu komunikacijskog procesa. 2. Kineziolog – komunikator: određenje komunikacijskih situacija i komunikoloških problema s kojima se susreću kineziolozi u praksi. Seminarski zadatak: Analiza prikupljenih studentskih primjera i rasprava o pročitanoj literaturi. 3. Seminarski zadatak: snimanje video primjera studenata u različitim komunikacijskim situacijama (individualno i grupno), analiza verbalne poruke i savjeti za njeno unaprjeđenje. 4. Seminarski zadatak: analiza različitih razina neverbalne komunikacije na primjerima iz struke (<i>case – study</i>). Studentska izlaganja. 5. Trening aktivnog slušanja: test vještine slušanja, analiza rezultata, primjena naučenih tehnika aktivnog slušanja. 6. Seminarski zadatak: uvježbavanje tehnika savladavanja treme i govorne izvedbe kao priprema za javni nastup. Studentska izlaganja. 7. Seminarski zadatak: analiza iste vijesti s područja sporta u različitim medijima: pisani mediji, radio (lokalni i nacionalni), televizija (prenošenje na različitim televizijskim kućama) i internetski izvori, s posebnim naglaskom na društvenu ulogu medija i kineziologa kao aktera u svijetu medija. Analiza uzroka fenomena <i>silenzio stampa</i> i uzroka stvaranja <i>medijske (moralne) panike</i>. Studentska izlaganja. 					
<p>obveze studenata</p>	<p>Redovito pohađanje nastave i aktivno sudjelovanje u raspravama na satu, sudjelovanje u radu putem sustava za e-učenje, izvršavanje zadaća (prikupljanje materijala i priprema izlaganja) individualno i grupno.</p>					
<p>praćenje rada studenata</p>	<p>pohađanje nastave</p>	<p>10%</p>	<p>0.2</p>	<p>kolokvij</p>	<p>50%</p>	<p>1</p>
	<p>prikupljanje materijala</p>	<p>20%</p>	<p>0.4</p>	<p>seminarski rad</p>	<p>20%</p>	<p>0.4</p>
				<p>ukupno</p>	<p>2.0 ECTS</p>	
<p>obvezna literatura</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bartoluci, S., & Tomić, D. (2010). Komunikacijska priprema trenera ili zašto i kako “trenirati” komunikacijske vještine? <i>Kondicijski trening</i>, 8(1), 19–23. 2. Bartoluci, S., & Tomić, D. (2010). Aktivno slušanje – osnova komunikacijske pripreme sportaša. <i>Kondicijski trening</i>, 8(2), 6–11. 					



	<ol style="list-style-type: none">4. Bartoluci, S., & Tomić, D. (2013). Više od riječi – neverbalna komunikacija trenera i sportaša (1.dio). <i>Kondicijski trening</i>, 11(2), 4–10.5. Bartoluci, S., & Tomić, D. (2014). Korak do zlata - druga strana komunikacijske medalje. <i>Neverbalna komunikacija u sportu</i>, (2. dio). <i>Kondicijski trening</i>, 12(1), 24–28.6. Morreale, S. P., Spitzberg, B. H., & Barge, J. K. (2007). <i>Human communication: motivation, knowledge, and skills</i> (2nd ed). Belmont, CA, USA: Wadsworth7. Škarić, I. (2008). <i>Temeljni suvremenog govorništva</i>. Zagreb: Školska knjiga8. Tomić, D., & Bartoluci, S. (2012). Što i kako javno reći? Savjeti za oblikovanje i izvedbu govorne poruke. <i>Kondicijski trening</i>, 10(7), 7–16.
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Bartoluci, S. (2010). Komunikološka priprema sportaša. u: Jukić, I., Gregov, C., Šalaj, S., Milanović, L., Bobić-Trošt, T. (ur.) <i>Zbornik radova 8. međunarodne konferencije „Kondicijska priprema sportaša: Trening brzine, agilnosti i eksplozivnosti“</i>. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske. 563-565.2. Cutlip, S.M., Center, A.H. i Broom, G.M.(2003). <i>Odnosi s javnošću</i>. Zagreb: Mate.3. Gottesman, D. i Mauro, B. (2006). <i>Umijeće javnog nastupa</i>. Zagreb: Jesenski i Turk..4. Koković, D. (2004). <i>Sport i mediji</i>. Novi Sad: Fakultet za uslužni biznis.5. Mulić, H. (2003). <i>Kako postati (i ostati) uspješan trener</i>. Poreč: Inart.6. Wenner, L. (ur.) (1989). <i>Media, Sports and Society</i>. London, New Delhi: SAGE.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



METEOROLOGIJA I SPORT (172736)

nositelj predmeta		mr. sc. Dragoslav Dragojlović	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		dragojlovic@cirus.dhz.hr	
telefon		+385959051673	
vanjski suradnik		Jurica Suhin, mag. phys. – geophys.	
e-mail		jurica.suhin@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 25P + 5V	očekivani broj studenata na predmetu	do 60
ciljevi predmeta	Upoznati polaznika s općim znanjima iz meteorologije i kako vremenski uvjeti utječu na pojedine sportove te kako utječu na pripremu i rezultate vrhunskih sportaša.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- razumjeti koliko meteorološki procesi i vrijeme utječu na pojedini sport i rezultate u samom sportu- poznavanje i mogućnosti prognoze vremena i biometeoroloških parametara, te kolika je vjerojatnost njihove ostvarivosti;- koristiti znanja iz područja prognoze vremena i biometeorološke prognoze za kondicijsku pripremu, te pripremu i odvijanje samog natjecanja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- razumijeti osnovne procese u atmosferi- znati interpretirati izračune prognoze vremena raznih meteoroloških numeričkih modela koji su dostupni na internetu- razumjeti utjecaj pojedinih vremenskih situacija na ljudski organizam, kako za zdrave osobe tako i kronične bolesnike- razumjeti važnost i ulogu meteoroloških prilika i uvjeta za rezultate natjecanja u sportu- na mrežnim sustavima znati se koristiti izračunima meteoroloških modela u svrhu pripreme treninga i samog natjecanja		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none">1. Atmosfera, sastav atmosfere, definirati osnovne meteorološke elemente te uvod u mjerenja i motrenja atmosfere (1P)2. Troposfera, stratosfera, opisati prosječnu strukturu atmosfere u najnižih 20 km visine (1P)3. Temperatura zraka, međunarodna standardna atmosfera (ISA) (1P)4. Atmosferski tlak i promjena tlaka s visinom (1P)5. Gustoća zraka, odnos između tlaka, temperature i gustoće zraka (1P)6. Vjetar, uzroci vjetera, mjerenje vjetera (1P)7. Opisati procese vezane uz lokalno strujanje zraka (1P)8. Opisati procese vezane uz globalno strujanje zraka (1P)9. Opisati proces stvaranja i nestajanja oblaka (1P)10. Prepoznavanje vrste oblaka i oborina (1P)11. Termodinamika atmosfere, vlažnost zraka, vodena para u atmosferi (1P)12. Prepoznati značajne atmosferske sustave (1P)13. Zračne mase, ciklone, anticiklone i frontalni sustavi (1P + 1S)14. Klimatologija, klimatske zone, klimatska klasifikacija (1P)		



	15. Prognoza vremena i numerički prognostički modeli (1P) 16. Kako tumačiti izračune numeričkih prognostičkih modela (1P + 1S) 17. Utjecaj vremena na zdravlje, odmor, rekreaciju i sport (1P) 18. Povezanost vremena i bolesti (1P) 19. Korištenje informacija biometeorološke i peludne prognoze u sportu (1P + 1S) 20. Bioklima – sport u raznim klimatskim prilikama (1P) 21. Utjecaj vremena na uspješnost u sportu (bicikliranje, atletika, triatlon, veslanje, maraton, jedrenje, tenis, nogomet...) (1P + 2S) 22. Vremenski uvjeti za paraglajding (1P) 23. Utjecaj vjetra i valova na jedrenje i veslanje (1P) 24. Klimatske promjene i njihov utjecaj na uspješnost u sportu (1P) 25. Hoće li klimatske promjene utjecati na izbor sporta u budućnosti (1P) Seminarski radovi (5 sati) <i>Na seminarskoj se nastavi produbljuju, diskutiraju i problematiziraju teme predavanja, te se obrađuju različiti sportovi u ovisnosti o vremenskim uvjetima. Na seminarskoj nastavi studenti izrađuju i izlažu seminarski rad na jednu od izabranih ponuđenih tema.</i>					
obveze studenata	Redoviti pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	1	pismeni ispit	65%	1.5
	seminarski rad	25%	0.3	ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Penzar i suradnici, 1996: Meteorologija za korisnike, Školska knjiga, Hrvatsko meteorološko društvo, Zagreb 2. Gelo, B.: Opća i prometna meteorologija I, Školska knjiga, Zagreb, 1994 3. Gelo, B.: Opća i prometna meteorologija II, HINUS, Zagreb, 2000 4. Tromp, S. W. 1980: Biometeorology, Heyden, London 5. Silmene, U, Brugnoli, A, Minelli, E: 2005: Meteoropatije - Atmosferske prilike koje utječu na zdravlje i na raspoloženje, Mozaik knjiga, Zagreb					
dopunska literatura	1. Pezzoli A, Cristofori E, Moncalero M, Giacometto, F, Boscolo, A: Climatological Analysis, Weather Forecast and Sport Performance: Which are the Connections? J Climatol Weather Forecasting 2013, 1:1 (http://dx.doi.org/10.4172/2332-2594.1000e105)					
način praćenja kvalitete	Studenti će raditi aktivno na nastavi, a vodit će se i evidencija o njihovom pohađanju predavanja i seminara. Krajem semestra bit će napravljena evaluacija predmeta i nastavnika koji radi na predmetu anonimnom studentskom anketom.					



ODABRANE TEME IZ PEDIJATRIJE (172737)

nositelj predmeta		prim. dr. med. Mandica Vidović	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		vidovicmand@yahoo.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz predmeta Funkcionalna anatomija, Fiziologija sporta i vježbanja, Biološka kinantropologija i Sportska medicina.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + terenska nastava u bolnici		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S + mješovito e-učenje + mentorski rad	očekivani broj studenata na predmetu	do 30
ciljevi predmeta	Tijekom kolegija studenti će naučiti definirati koja su najčešća hitna stanja u pedijatriji, te koje su najčešće akutne i kronične bolesti koje mogu utjecati na sposobnost djeteta za tjelesno vježbanje i opisati osnove o tijeku češćih dječjih bolesti te osnove o postupcima tijekom postavljanja dijagnoze, terapije i oporavka kao i uzroke invaliditeta u djece. Cilj je moći samostalno prepoznati najvažnije simptome najčešćih akutnih pedijatrijskih bolesti, ali i nekih češćih kroničnih pedijatrijskih bolesti te primijeniti osnove hitne pomoći u akutnim stanjima djeteta u zakonskim okvirima profesora tjelesne i zdravstvene kulture. Predmetni cilj je analizirati situacije u kojima profesor tjelesne i zdravstvene kulture može prepoznati rane znakove bolesti u djece, te argumentirati na koji način profesor sudjeluje u segmentu oporavka tj. povratka na nastavu tjelesnog odgoja		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- usvajanje znanja o najčešćim hitnim stanjima i akutnim bolestima u dječjoj dobi- poznavanje osnovnih karakteristika najčešćih kroničnih bolesti u djece- poznavanje kontraindikacija za fizičku aktivnost u akutnim i kroničnim stanjima		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon prolaska programa iz predmeta student će moći: <ul style="list-style-type: none">- opisati hitna medicinska stanja i najčešće akutne bolesti- pružiti osnovnu pomoć u hitnim stanjima i akutnim pedijatrijskim bolestima- naučiti kako pristupiti djetetu s kroničnom bolesti- imenovati moguće komplikacija tijekom tjelesnog vježbanja djece s kroničnim bolestima- naučiti kako planirati rad s djecom koja boluju od kroničnih bolesti i kako postupiti u slučaju akutne bolesti		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja Uvodno predavanje (1P) Najčešća hitna stanja u pedijatriji (2P) Najčešće akutne bolesti dječje dobi (2P) Najčešće kronične bolesti dječje dobi (2P) Kronične bolesti lokomotornog sustava u djece (2P) Češći uzroci invaliditeta u djece i pohađanje nastave tjelesne i zdravstvene kulture (2P) Ostale kronične bolesti dječje dobi (2P)		



	Najčešće kontraindikacije za tjelesno vježbanje u dječjoj dobi (2P) Seminari klinički pregled zdravog djeteta, osnovne antropometrijske procjene u dječjoj dobi (1S) prepoznavanje odstupanja u razvoju i rastu (2S) postupanje u slučaju hitnog stanja u pedijatriji (2S) postupanje s akutno bolesnim djetetom (2S) najčešće kronične bolesti u dječjoj dobi s naglaskom na lokomotorni sustav (2S) izostanak s nastave Tjelesne i zdravstvene kulture zbog zdravstvenih razloga (2S) integracija kronično bolesnog djeteta u program nastave TZK (2S) Terenska nastava Obilazak ordinacije primarne pedijatrijske zaštite (2T)					
obveze studenata	Redoviti pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.2	pismeni ispit	60%	1.2
	seminarski rad	30%	0.6	ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Pedijatrija sa zdravstvenom njegom djeteta. Udžbenik za 3. i 4. razred srednje medicinske škole, Ivan Malčić, Ružica Ilić, Školska knjiga, Zagreb 2009. 2. Prevencija bolesti u dječjoj dobi. Urednik: I. Bralić. Medicinska naklada, Zagreb, 2014. 3. Anamneza i klinički pregled djeteta. Branko Marinović, Školska knjiga, Zagreb, 1994.					
dopunska literatura	1. Pedijatrija udžbenik za studente. I. Mardešić i sur. Školska knjiga, Zagreb, 2003.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



ODBOJKA NA PIJESKU (124070)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Nenad Marelić	
kancelarija		161	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		nenad.marelic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658761	
nastavnik		izv. prof. dr. sc. Tomislav Đurković	
kancelarija		41	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658641	
nastavnik		doc. dr. sc. Tomica Rešetar	
kancelarija		69	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomica.recetar@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658669	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava Odbojke.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + vanjsko igralište		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V	očekivani broj studenata na predmetu	do 20
ciljevi predmeta	Osnovni cilj predmeta je upoznati studente s tehničko-taktičkim osnovama, pravilima i povijesnim činjenicama ovog olimpijskog sporta. Znanje koje će studenti steći tijekom nastave pomoći će im i obogatiti lepezu motoričkih znanja potrebnu za kvalitetniji rad u kineziološkoj struci.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Razumjeti osnove i različitosti odbojke na pijesku. Identificirati pravilnu tehniku pojedinih elemenata i ustanoviti pogrešno izvođenje te primijeniti pravilan metodički put k ispravljanju pogrešaka.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Razumjeti osnove odbojke na pijesku i njegovu primjenu kao natjecateljskog, rekreativnog i „dopunskog sporta“. Demonstrirati osnovne elemente odbojke na pijesku. Primijeniti osnovne vježbe u metodičkom učenju.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja (svaka se tema obrađuje dva nastavna sata) 1. Povijesni razvoj odbojke na pijesku i pravila 2. Strukturalna analiza odbojke na pijesku 3. Analiza i učenje tehnike i taktike u Kompleksa 1 i Kompleksa 2. Teorijsko-praktična predavanja i vježbe (svaka se tema obrađuje 2TPP+2V). 1. Odbojkaški stavovi i pravilne pozicije igrača u polju i dizanje prstima i čekićem 2. Podlaktična odbijanja u prijemu servisa i obrani polja 3. Servisi 4. Smeč 5. Blok Igre 3:3 , 2:2.		
obveze studenata	Redoviti pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi		



praćenje rada studentata	pohađanje nastave	25%	0.5	praktični rad	50%	1
	usmeni ispit	25%	0.5	ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Janković, V., Marelić, N. (2003). Odbojka za sve. Zagreb: Autorska naklada. 2. Službena pravila odbojke na pijesku. (2010). Zagreb: Hrvatski odbojkaški savez.					
dopunska literatura	1. Janković, V., Marelić, N. (1995). Odbojka. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 2. Karaula T. (2007). Metodčke vježbe u situacijskoj pripremi odbojkaša na pijesku. (diplomski rad). Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 3. Hodak, D. (1999). Povijesni razvoj odbojke na pijesku. (diplomski rad). Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 4. Grgantov, Z., Katić R., Marelić, N. (2005). Effect of New Rules on the Correlation between Situation Parameters and Performance in Beach Volleyball. Collegium Antropologicum, 29 (2): 717- 722..					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



OLIMPIZAM (124078)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Zrinko Čustonja	
kancelarija		117	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		zrinko.custonja@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658717	
nastavnik		doc. dr. sc. Dario Škegro	
kancelarija		118	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		dario.skegro@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658656	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	do 60
ciljevi predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Stjecanje osnovnih znanja o olimpiizmu kao globalnom fenomenu;- usvajanje i razumijevanje ključnih koncepata koji čine suvremeni olimpijski pokret;- samostalno analiziranje i problematiziranje pitanja važnih za razumijevanje olimpijskih igara, Međunarodnog olimpijskog odbora, Hrvatskog olimpijskog odbora i drugih čimbenika olimpiizma.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- Upoznavanje i usvajanje olimpijskih vrijednosti,- razumijevanje olimpijskog pokreta kao odgojnog pokreta koji promiče univerzalne etičke vrijednosti prijateljstva, solidarnosti, razumijevanja i poštivanja razlika te poštenog natjecanja,- upoznavanje i razumijevanje olimpiizma i olimpijskog pokreta te svih čimbenika koji utječu na njih,- poznavanje i razumijevanje specifičnosti i komparativnih prednosti olimpiizma u suvremenom sustavu sporta.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Upoznavanje i razumijevanje ideje i ideologije olimpiizma,- upoznavanje sa sustavom organizacije i ustroja olimpijskog pokreta,- upoznavanje sa sustavom upravljanja i donošenja odluka u olimpijskom pokretu,- razumijevanje značaja olimpijskih igara i olimpijskog pokreta u razvoju suvremenog sporta,- poznavanje i razumijevanje Olimpijske povelje kao temeljnog dokumenta svjetskoga sporta,- poznavanje osnovnih društvenih, političkih, ekonomskih, medijskih, organizacijskih, etičkih, odgojnih i drugih čimbenika koji utječu na daljnji razvoj olimpiizma i olimpijskog pokreta u svijetu,- poznavanje organizacije, ustroja i djelovanja Hrvatskog olimpijskog odbora,		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari (svaka se tema obrađuje 1P+1S) <ol style="list-style-type: none">1. Ideja olimpiizma2. Oživljavanje modernog olimpijskog pokreta – uzroci i posljedice3. Olimpijska povelja - temeljni dokument olimpijskog pokreta		



	<ol style="list-style-type: none">4. Ustroj i organizacija Međunarodnog olimpijskog odbora5. Upravljanje i donošenje odluka u olimpijskom pokretu6. Paraolimpijski pokret7. Komercijalizacija olimpijskih igara - dobre i loše strane8. Organizacija olimpijskih igara9. Olimpijsko obrazovanje – ciljevi i provedba10. Olimpijske igre i masovni mediji11. Olimpizam i etički principi – moralne vrijednosti olimpijskog pokreta12. Olimpizam i doping – ima li lijeka?13. Olimpijske igre i umjetnost14. Olimpizam i politika15. Olimpizam u Hrvatskoj					
obveze studenata	Izrada i izlaganje seminarskog rada, redovito pohađanje predavanja i seminarske nastave, aktivno sudjelovanje u radionicama i debatama					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	0.5	usmeni ispit	50%	1
	seminarski rad	25%	0.5	ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Čustonja, Z. (2005). Olimpizam je životna filozofija. Olimp, 15, 22-24.2. Čustonja, Z. (2006). Zaboravljena intelektualna priroda olimpijskog pokreta. Olimp, 18, 16-17.3. Čustonja, Z. (2006). Ispunjava li olimpijski pokret sve svoje potencijale. Olimp, 19, 12-13.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Čustonja, Z. (2005). Promijenjena su pravila, ali ne i filozofija olimpizma. Olimp, 16, 20-21.2. Čustonja, Z. (2006). Pierre de Coubertin ipak nije prvi Olimp, 20, 16-17.3. Čustonja, Z. (2007). Sport bez ograničenja – paraolimpijski pokret, Olimp, 22, 10-11.4. Međunarodni olimpijski odbor (2007) Olimpijska povelja 2007. http://www.hoo.hr/downloads/Olimpijska_povelja2007.pdf.5. Milanović, D., Čustonja, Z., Bilić, D. (ur.) (2011). Temeljna načela i smjernice razvoja športa u Republici Hrvatskoj. Zagreb: Nacionalno vijeće za šport i Ministarstvo znanosti obrazovanja i športa Republike Hrvatske. (u tisku)					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



PREŽIVLJAVANJE U PRIRODI (124082)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Dražen Harasin	
kancelarija		123	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		drazen.harasin@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658702	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Upisan obvezni predmet Život u prirodi i vještine preživljavanja	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + terenska nastava		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V + mješovito e-učenje	očekivani broj studenata na predmetu	do 60
ciljevi predmeta	Studentima dati teorijska i praktična znanja koja osiguravaju preživljavanje u prirodi. Primjena naučenog u višednevnom boravku u prirodnom okruženju.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Usvojena praktična znanja bitna za učinkovito zadovoljenje primarnih ljudskih potreba u prirodnom okruženju. Usvojena teorijska i praktična baza za upravljanje rizikom, donošenje odluka i rješavanje problema u stvarnoj situaciji preživljavanja u prirodi.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti osposobljeni da: <ul style="list-style-type: none">- organizacijom i upravljanjem povećaju mogućnosti za preživljavanje skupine ljudi u prirodnom okruženju,- predvide loše vremenske uvjete na terenu, sigurno se spuste konopom, sigurno prijeđu rijeku,- orijentiraju se u prirodi pomoću prirodnih orijentira,- komuniciraju u prirodi zvučnim i vidnim signalima pomoću vatre, dima, bljeska,- primijene kondenzacijsku i transpiracijsku zamku za prikupljanje vode u prirodi, destiliraju vodu primitivnom metodom, pripreme prikupljenu kontaminiranu vodu za piće,- potpale vatru primitivnim metodama potpale, potpale vatru ferocerijskim kresivom, kontroliraju otvoreni plamen različitih tipova vatrišta i sigurno ga koriste u pripremi hrane, dekontaminaciji vode, grijanju, zaštiti i signalizaciji,- koriste prirodne zaklone, podignu privremeni zaklon od drveta, podignu zaklon od cerade ili najlona,- skupe i za prehranu koriste samoniklo jestivo bilje i gljive, izrade oružje za lov i zamke, pribor za ribolov, koriste tehnike lova i ribolova, pripreme hranu za konzumaciju u prirodi primitivnim metodama pripreme, konzerviraju hranu primitivnim metodama konzerviranja hrane,- izrade primitivne alate,- izrade primitivnu odjeću, obuću, spremnik i naprtnjaču.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja (svaka se tema obrađuje dva nastavna sata) <ol style="list-style-type: none">1. Život prethistorijskog čovjeka2. Bushcraft3. Primitivne ljudske vještine u preživljavanju Teorijsko praktična predavanja i vježbe (svaka se tema obrađuje 2TPP+2V)		



	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nož za preživljavanje; Izrada primitivnih alata; Izrada primitivne odjeće, obuće, naprtnjače; Izrada primitivnog užeta, spremnika 2. Tretman vode radi pitkosti (filtriranje, prokuhavanje, destilacija); Izrada kondenzacijske zamke od priručnih materijala; Filtri 3. Potpala vatre ferocerijem kresivom; Potpala vatre primitivnim metodama – metodom frikcije (ručno, lukom, pumpanjem); Potpala vatre primitivnim metodama – optičkim metodama (povećalom, vodom, ledom) 4. Korištenje prirodnih zaklona, izrada zaklona od priručnih prirodnih materijala, izrada zaklona od šatorskog krila 5. Branje i pripremanje samoniklog jestivog bilja, skupljanje i pripremanje jestivih gljiva; Izrada oružja i zamki, pribora za ribolov, tehnike lova i ribolova, pripremanje divljih životinja i ribe 6. Spuštanje i penjanje užetom, prelazak klanca, prelazak rijeke, orijentacija uz pomoć prirodnih orijentira, signalizacija uz pomoć vatre i dima 					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi, izrada individualnih praktičnih uradaka, rad u grupi u rješavanju zadataka.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	30%	0.6	pismeni ispit	20%	0.4
	praktični rad	10%	0.2	usmeni ispit	10%	0.2
	kolokvij	30%	0.6	ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Žiger, A., Harasin, D., (2018) Terensko pročišćavanje vode. Zbornik radova 26. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske (str. 375-380), Poreč, 2017. 2. Harasin, D. (2012) Struktura činilaca uspjeha u lovu lukom i strijelom. Međunarodna znanstveno-stručna konferencija "Odgojni i zdravstveni aspekti sporta i rekreacije, (str. 400-408), 2012, Križevci. 3. Harasin, D. (2012) Priprema za lov lukom i strijelom. Međunarodna znanstveno-stručna konferencija "Odgojni i zdravstveni aspekti sporta i rekreacije, (str. 389-395) 2012, Križevci. 					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Žiger, A., Harasin, D., Vučić, P. (2017) Difference in water consumption between individuals of different physical constitution and body mass during prolonged physical exertion. Proceedings Book of 8th International Scientific Conference on Kinesiology. (str. 330-335), Opatija, Faculty of Kinesiology, University of Zagreb, Croatia, 2017. 2. Harasin, D. (2017) Bow and drill method (of fire ignition) - the influence of moisture content in the wood from which made base and drill on the success and energy consumption. Proceedings Book of 8th International Scientific Conference on Kinesiology. Opatija: Faculty of Kinesiology, (str. 703-706), University of Zagreb, Croatia, 2017. 3. Harasin, D., Puljić, M. (2012) Vatra u preživljavanju čovjeka u prirodi. 21. Ljetna škola kineziologa Republike Hrvatske, (str. 409-415), 2012, Poreč 					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



PRIMIENJENI GIMNASTIČKI PROGRAMI (124083)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Kamenka Živčić Marković	
kancelarija		175	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		kamenka.zivcic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658775	
nastavnica		izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević	
kancelarija		dekanat	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomislav.kristicevic@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Upisana 3. godina studija Položen ispit iz kolegija Sportska gimnastika 1 (minimalno s ocjenom vrlo dobar).	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + dvorana		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S + samostalni zadaci + multimedija i mreža + mentorski rad + terenska nastava	očekivani broj studenata na predmetu	do 30
ciljevi predmeta	Osnovni cilj predmeta: stjecanje osnovnih znanja o primjeni gimnastičkih sadržaja i specifičnostima rada pri provedbi različitih gimnastičkih programa u radu s djecom, mladeži i odraslih te sportaša u drugim sportskim granama. Usvojiti potrebna teorijska i praktična znanja iz primijenjene (opće) gimnastike: <ul style="list-style-type: none">- Upoznati studente s osnovnim informacijama o primjeni gimnastičkih sadržaja, njihovom značaju i pojavnim oblicima u drugim sportskim granama kao i u svakodnevnom životu.- Upoznati studente s ulogom (opće) gimnastike u provedbi odgojno-obrazovnih ciljeva interesnih društvenih programa s naglaskom na:<ul style="list-style-type: none">- razvoj motoričkih sposobnosti primjenom (općih) gimnastičkih sadržaja u funkciji kvalitetnije kondicijske pripremljenosti;- učenje i primjenu modificiranih (općih) gimnastičkih elemenata;- provedbu (općih) gimnastičkih sadržaja u drugim odgojno-obrazovnim i rekreativno-sportskim ustanovama. Usvojiti znanja koja su predviđena planom i programom predmeta te provesti i ocijeniti proces učenja primjenom gimnastičkih sadržaja u funkciji razvoja i poboljšanja specifičnih motoričkih sposobnosti i zdravstvenog statusa od predškolske do starije životne dobi (djeca, mladež, odrasli, ostale sportske grane) te postizanja boljih sportskih rezultata kao i svestranijeg razvoja sportaša u drugim sportskim granama.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Specifične kompetencije <ul style="list-style-type: none">- Kolegij Primijenjeni gimnastički programi treba studentima omogućiti stjecanje teorijskih i praktičnih znanja kao i kompetencija za:<ul style="list-style-type: none">- šire poznavanje osnovnih značajki gimnastičkog sporta (općenito) i njegovih sadržaja;		



	<ul style="list-style-type: none">- poznavanja planiranja i programiranja vježbanja primjenom (općih) gimnastičkih sadržaja za djecu, mlade, odrasle i sportaše u drugim granama sporta;- snalaženje, organiziranje i provođenje organiziranih oblika rada primjenom (općih) gimnastičkih sadržaja od najranije pa sve do treće životne dobi;- izbor i primjenu (općih) gimnastičkih sadržaja, metoda i postupaka učenja u različitim uvjetima i kod različitih starosnih skupina;- mogućnostima procjene trenutnog stanja i budućeg razvoja primijenjenih (općih) gimnastičkih programa. <p>Opće kompetencije</p> <ul style="list-style-type: none">- Mogućnost primjene stečenih znanja u sportskoj praksi.- Primjena navedenih znanja u širim područjima društvene i sportske djelatnosti i u osobnom razvoju.
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<p>Studenti će biti osposobljeni za:</p> <ul style="list-style-type: none">- planiranje i realizaciju sadržaja gimnastičkih sportova s neselektiranom populacijom u: vrtićima, sportskim klubovima, drugim sportskim granama te sportskim centrima za odrasle;- postavljanje ciljeva i zadatka određenih primijenjenih gimnastičkih programa sukladno antropološkim karakteristikama polaznika programa;- primjenu određenih metoda rada sukladno sadržajima i specifičnostima rada pri provedbi različitih gimnastičkih programa u radu s djecom, mladeži i odraslih te sportaša u drugim sportskim granama;- izradu okvirnih programa s određenim specifičnostima s obzirom na spol, dob te postavljene ciljeve i zadatke pojedinih primijenjenih gimnastičkih programa;- izradu planova rada primijenjenih gimnastičkih programa za neselektiranu populaciju od predškolske do starije životne dobi s obzirom na njihove razvojne karakteristike i afinitete prema tjelesnoj aktivnosti;- izrada planova rada primijenjenih gimnastičkih programa koristeći (opće) gimnastičke sadržaje u funkciji poboljšanja i održavanja kondicijske pripremljenosti sportaša u pojedinim sportskim granama;- dijagnostika i provedba kontrole (inicijalnih, tranzitivnih i finalnih) stanja specifičnih motoričkih sposobnosti i znanja polaznika programa;- prezentacija i interpretacija dobivenih pokazatelja u svrhu evaluacije i eventualne rekonstrukcije postavljenih metoda rada i načina njihove provedbe.
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja i seminari</p> <ol style="list-style-type: none">1. Definicije, sadržaji i analiza pojma: gimnastika za sve (1P+1S)2. Karakteristike vježbanja za pojedine dobne skupine s obzirom na njihova predznanja i potrebna znanja (1P+1S)3. Teorijske i znanstvene spoznaje o primjeni (općih) gimnastičkih sadržaja: Vrste gimnastičkih programa (1P+1S)4. Gimnastički programi za djecu predškolske dobi (2P+2S)5. Gimnastički programi za odrasle (1P+1S)6. Gimnastički programi za sportaše u pojedinim sportskim granama prema vrstama sportske aktivnosti: monostrukturne sportske aktivnosti i polistrukturne sportske aktivnosti (2P+2S)7. Gimnastički programi za sportaše u pojedinim sportskim granama prema vrstama sportske aktivnosti: kompleksne sportske aktivnosti i konvencionalno – estetske sportske aktivnosti (2P+2S)



	<p>8. Metode rada i programiranje rada u skladu s dobi, osnovnim predznanjima i afinitetima prema tjelesnoj aktivnosti (2P+2S)</p> <p>9. Organizacija i način provedbe gimnastičkih sadržaja (materijalni uvjeti: objekti, sprave i pomagala, kadrovi) (1P+1S)</p> <p>10. Organizacija i sustavi natjecanja u sklopu „gimnastike za sve“ (1P+1S)</p> <p>11. Gimnastički programi u drugim zemljama (1P+1S)</p>					
obveze studenata	Redoviti pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	15%	0.3	seminarski rad	35%	0.7
	usmeni ispit	50%	1	ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	<p>1. Živčić, K. (2007). Akrobatska abeceda u sportskoj gimnastici. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.</p> <p>2. Živčić, K., Breslauer, N. (2011). Opis nastavnih tema i kriteriji ocjenjivanja – Tjelesna i zdravstvena kultura u razrednoj nastavi -. Zagreb: LIP PRINT.</p> <p>3. Živčić, K., Krističević, T. (2008). Specifične pripremne vježbi u akrobatici. Kondicijski trening. 6, 1; 22-29.</p>					
dopunska literatura	<p>1. Novak, D., Kovač, M., Čuk, I. (2008). Gimnastična abeceda. Ljubljana: Fakulteta za šport Univerze v Ljubljani.</p> <p>2. FIG (2011). Gymnastics for all – Technical regulations. Moutier: Federation International de Gymnasstique.</p> <p>3. FIG (2011). Gymnastics for all. Moutier: Federation International de Gymnasstique.</p> <p>4. Viléma, N. (2005). System of general gymnastics in the czech Association sport for all. Kinesiology, (37)1; 106-111.</p> <p>5. Malmberg, E. (2005). Kidnastics:A Child-Centered Approach to Teaching Gymnastics. United States: Human Kinetics.</p>					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



RUKOMET NA PIJESKU (124080)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Katarina Ohnjec	
kancelarija		41	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		katarina.ohnjec@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658641	
vanjska suradnica		Iva Kanjugović, mag.cin	
e-mail		ikanjugovic@yahoo.com	
vanjski suradnik		Davor Rokavec, mag.cin	
e-mail		davor.rokavec@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Odslušan predmet Rukomet	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + terenska nastava		
način izvođenja nastave	30 sati = 6P + 12S + 12V	očekivani broj studenata na predmetu	do 20
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s poviješću, pravilima, osnovama i mogućnostima primjene rukometa na pijesku u edukaciji, rekreaciji, i različitim okvirima kineziterapije i vrhunskog sporta.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Razumjeti mogućnosti primjene rukometnih sadržaja u različitim uvjetima rada (različite podloge – pijesak, trava, pličina) u odnosu na različito postavljene ciljeve (rekreacija, edukacija itd.) Studenti će moći ugraditi specifičnosti metodičkog puta usvajanja elemenata rukometa na pijesku, ispravljanja pogrešaka i organizacije natjecanja, u opću spoznaju o metodskim i metodičkim postupcima poučavanja i učenja kinezioloških sadržaja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- razumjeti prednosti i nedostatke primjene rukometnih sadržaja na različitim podlogama/medijima i s različitim nastavnim sredstvima i pomagalicama;- analizirati i vrednovati različite organizacijsko-tehničke aspekte rukometnih natjecanja (sustav natjecanja, bodovanje i sl.);- organizirati i prezentirati projekte rukometnih natjecanja (pijesak, dvorana);- demonstrirati tehničko-taktičke elemente i objasniti metodičke postupke za učenje, usavršavanje i situacijsku primjenu istih.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Teorijska predavanja (svaka se tema obrađuje dva nastavna sata) <ol style="list-style-type: none">1. Povijest, organizacija i pravila rukometa na pijesku2. Elementi tehnike + kondicijska priprema3. Veza rukometa na pijesku sa svim ostalim sadržajima („veliki“ rukomet, dvoranski rukomet, mini rukomet, „graničar“) i sportovima na drugim podlogama (pijesak, „pličak“, trava) u kontekstu vrhunskog sporta, rekreacije, rehabilitacije i edukacije Teorijsko praktična predavanja i vježbe (svaka se tema obrađuje 2TPP+2V) <ol style="list-style-type: none">1. Elementarne igre / Štafetne igre2. Tehnika – osnovni elementi3. Elementi tehnike – specifični (pirueta, cepelin)4. Taktika – igra s igračem više, specifičnosti bodovanja, igra bez kontakta5. Informacijsko-motorički momenti (fizička pripremljenost i sl.)		



	6. Kognitivno-konativni momenti (pažnja, motivacija, retencija, ciljevi igre, pogreške)					
obveze studenata	Redoviti pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	30%	0.6	praktični rad	35%	0.7
	usmeni ispit	35%	0.7	ukupno	2.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Rukomet na pijesku – pravila igre. (2001). International Handball Federation.2. Ohnjec, K., Vuleta, D., Gruić, I. (2008). Rukomet na pijesku kao sadržaj programa kineziološke rekreacije za djecu srednje i starije školske dobi. u: Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije „Kineziološka rekreacija i kvaliteta života“, Andrijašević, M. (ur.), Zagreb, 23. i 24. veljače 2008., Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 87-95.3. Hećimović, M., Žnidarec Čučković, A., Kanjugović, I. Ohnjec, K. (2018). Cjeloviti razvojni program djece u neformalnom okruženju. U zborniku Motorička znanja djece, Zagreb 31.08. 2018. (str. 135-143)					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Ohnjec, K., Kanjugović, I., Hećimović, M. (2017). Performance Analysis Of Women's Youth Beach Handball World Championship 2017. Proceedings of 11th International Conference on Kinantropology. Brno, 29.11-1.21.2017, pp. 88-2. Lars Dalhoff & Lars Bojsen Michalsik (2017). Rehabilitation, prevention and physical training by means of beach handball exercises. The 4th EHF Scientific Conference "Scientific Approach to the Player's Environment – From Participation to the Top" Vienna 17-18.11.2017.3. Gruić, I., Vuleta, D., Bazeo, M., Ohnjec, K. (2011). Situational efficiency of teams in female part of tournament in the World Beach Handball Championship in Cadiz. Konferencija Kinesiology4. Rokavec, D. (2009). Beach Handball: application and influence on indoor Handball. EHF publication on line.5. Pueo, B., Jimenez-Olmedo, Jose M., Penichet-Tomas, A., Ortega Becerra, M., Agullo, J.J. E. (2017). Analysis of Time-Motion and Heart Rate in Elite Male and Female Beach Handball. Journal of Sports Science and Medicine, 16, 450-458.6. Zapardiel Cortés, J.C., Paramio Serrano, E.M. (2014). Beach Handball Sessions For High School Students. eurohandball.com					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



SPORT, NAVIJAČI I KULTURE MLADIH (124086)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Benjamin Persović	
kancelarija		141/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ben.perasovic@gmail.com	
telefon		+38513658608	
nastavnica		doc. dr. sc. Sunčica Bartoluci	
kancelarija		141/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		suncica.bartoluci@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658608	
vanjski suradnik		Dino Vukušić, mag. sociologije	
kancelarija		141/1	
konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		dino.vukusic01@gmail.com	
vanjski suradnik		doc. dr. sc. Marko Mustapić	
kancelarija		141/1	
konzultacije		prema dogovoru putem e-maila	
e-mail		marko.mustapic@pilar.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz Kineziološke sociologije.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 20P + 10S + samostalni zadaci + mješovito e-učenje + multimedija i mreža	očekivani broj studenata na predmetu	do 30
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je usvajanje znanja o odnosu između sporta i različitih afilijacijskih i identifikacijskih obrazaca među mladima, od navijanja do stvaranja životnih stilova. Znanja iz sociologije sporta i sociologije (sub)kultura mladih pomažu u razumijevanju suvremenih društvenih fenomena u kojima se se njeguje specifičan, znanstveni diskurs nasuprot novinarskom, o temama koje su periodično snažno zastupljene u medijskom prostoru i svakodnevnom životu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti stječu znanja potrebna za razumijevanje aktualnih problema vezanih uz fenomen sporta u današnjem društvu. To će im teoretsko i praktično znanje biti ishodište u vrednovanju i razumijevanju sportskih grupa, kultura mladih, navijačkog ponašanja tj. društvene uloge sporta u cjelini.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: razumjeti društvenu ulogu sporta i fenomena vezanih uz ovo područje. To će im omogućiti kritički pogled na sport što je preduvjet promjena u kojima studenti sudjeluju kao akteri (profesori, treneri, sportski djelatnici, menadžeri, sportski novinari, itd.).		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari 1. DEFINIRANJE PODRUČJA; ODNOS SOCIOLOGIJE SPORTA, SOCIOLOGIJE (SUB)KULTURA MLADIH I SRODNIH DISCIPLINA (2P) 2. SOCIOLOŠKI PRISTUPI SUBKULTURI OD ČIKAŠKE DO BIRMINGHAMSKJE ŠKOLE (2P)		



	<ol style="list-style-type: none">3. NASTAJANJE ŽIVOTNIH STILOVA I PROCES SUBKULTURALIZACIJE (2P)4. PROPITIVANJE SOCIOLOŠKIH TEORIJA U HRVATSKOM KONTEKSTU (2P)<ol style="list-style-type: none">I. Seminar: Vježbe iz sociološke imaginacije na primjeru sukoba glavnih aktera oko imena Dinamo (1S)5. SOCIOLOGIJA I TEORIJE NAVIJAČKOG PONAŠANJA (2P)<ol style="list-style-type: none">II. Seminar: Nogometni huliganizam – pristup Erica Dunninga (1S)6. OD BIRMINGHAMSKE ŠKOLE DO DANAŠNJIH POSTSUBKULTURNIH STUDIJA (2P)<ol style="list-style-type: none">III. Seminar: Teorija ritualizirane agresije – pristup Petera Marsha (1S)7. SUBKULTURE, KONTRAKULTURE I DRUŠTVENI OKRETI (2P)<ol style="list-style-type: none">IV. Seminar: Suvremeni nogomet i politika identiteta (2S)8. POSTOJI LI MAIN STREAM? O DEFINICIJI SITUACIJE SUBKULTURNIH AKTERA (2P)<ol style="list-style-type: none">V. Seminar: Nogometni navijači i kulture mladih u Hrvatskoj 1(2S)9. SOCIOLOŠKI KONCEPT MORALNE PANIKE I NJEGOVA AKTUALNOST 40 GODINA POSLIJE NASTANKA (2P)<ol style="list-style-type: none">VI. Seminar: Nogometni navijači i kulture mladih u Hrvatskoj 2 (1S)10. KINEZIOLOŠKA DJELATNOST I SUBKULTURNI IDENTITETI (2P)<ol style="list-style-type: none">VII. Seminar: Sličnosti i razlike na subkulturnoj sceni. (2S)					
obveze studenata	Redoviti pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	20%	0.4	seminarski rad	20%	0.4
	Prikupljanje materijala	10%	0.2	usmeni ispit	50%	1
				ukupno		2.0 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Bartoluci, Sunčica; Doupona Topič, Mojca. A Young Athlete and the Challenges of National Identity: The Case Of Jakov Fak // Acta Kinesiologica, 11 (2017), 1; 116-1202. Franc, Renata; Perasović, Benjamin; Mustapić, Marko. Youth, History and a Crisis of Democracy Perspectives from Croatia // Understanding Youth Participation Across Europe From Survey to Ethnography / Pilkington, Hilary ; Pollock, Gary ; Franc ; Renata (ur.).London: Palgrave Macmillan, 2018. str. 227-2633. Perasović, Benjamin; Mustapić, Marko.Torcida and Bad Blue Boys: From Hatred to Cooperation and Back // Football Fans, Rivalry and Cooperation / Brandt, Christian ; Hertel, Fabian ; Huddelston, Sean (ur.). London, New York: Routledge, 2017. str. 108-1244. Perasović, Benjamin; Mustapić, Marko. Carnival supporters, hooligans, and the 'Against Modern Football' movement: life within the ultras subculture in the Croatian context // Sport in Society, 20 (2017), 7; 121-136 doi:10.1080/17430437.2017.13003955. Perasović, Benjamin. Subkultura, pokret ili (neo)pleme? O teorijskim implikacijama novog istraživanja nogometnih navijača // Demokratski potencijali mladih u Hrvatskoj / : Ilišin, Vlasta ; Gvozdanović, Anja (ur.). Zagreb: Institut za društvena istraživanja & Centar za demokraciju i pravo Miko Tripalo, 2015. str. 169-2056. Perasović, Benjamin; Mustapić, Marko.Football, Politics and Cultural Memory: the Case of HNK Hajduk Split // Культура/Culture: INTERNATIONAL JOURNAL FOR CULTURAL RESEARCHES, 6 (2014), 51-617. Perasović, Benjamin; Mustapić, Marko. FOOTBALL SUPPORTERS IN THE CONTEXT OF CROATIAN SOCIOLOGY: RESEARCH PERSPECTIVES 20 YEARS AFTER // Kinesiology : international journal of fundamental and applied kinesiology, 45 (2013), 2; 262-275					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Bodin, D., Robene, L., Heas, S. (2007). Sport i nasilje u Europi. Zagreb: Knjiga trgovina d.o.o.					



	<ol style="list-style-type: none">2. Buzov, Željko; Magdalenić, Ivan; Perasović, Benjamin; Radin, Furio: Socijalni i psihološki aspekti nasilničkog ponašanja sportske publike. Pitanja, XIII (5-6): 1-52.3. Brown, Adam (1998). Fanatics: Power, Identity and Fandom in Football Routledge.4. Dunning, E., Murphy, P., Williams, J. (1988). The roots of football hooliganism. An historical and sociological study. London & New York: Routledge & Kegan Paul.5. Lalić, Dražen. (1993). Torcida. Zagreb: AGM.6. Perasović, B. (2001). Urbana plemena – sociologija subkultura u Hrvatskoj. Zagreb: Hrvatska sveučilišna naklada.7. Vrcan, Srđan (2003). Nogomet – politika – nasilje. Ogledi iz sociologije nogometa. Zagreb: Jesenski i Turk; Hrvatsko sociološko društvo.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



SUSTAVI KOMUNIKACIJE OSOBA S OŠTEĆENJEM SLUHA U KINEZILOGIJI

(172738)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Luka Bonetti	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		luka.bonetti@erf.unizg.hr	
vanjska suradnica		Dorijana Kovčić	
e-mail		dorijana.k@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema uvjeta za upis	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (S) dvorana B i 1/3 (V) izvan fakulteta / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 20P + 10S + samostalni zadaci + mješovito e-učenje + mentorski rad	očekivani broj studenata na predmetu	do 30
ciljevi predmeta	Osnovni cilj predmeta je pružiti znanje o temeljnim pretpostavkama uspješne komunikacije te o specifičnostima rada s učenicima i studentima s oštećenjem sluha radi optimizacije sata tjelesne i zdravstvene kulture.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Jačanje komunikacijskih vještina. Osiguravanje informacija korisnicima/klijentima na način koji odgovara njihovim potrebama i očekivanjima. Krihičko razmišljanje. Jačanje nastavničkih kompetencija.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će biti sposobni: <ul style="list-style-type: none">- Objasniti proces primanja i doživljavanja govornih signala iz perspektive teškoća slušanja.- Identificirati najvažnija obilježja oštećenja sluha.- Opisati komunikacijske, jezično-govorne, socio-emocionalne i edukacijske implikacije oštećenja sluha te ih razlikovati u odnosu na vrijeme nastanka oštećenja.- Opisati metode otkrivanja oštećenja sluha.- Opisati elektroakustički menadžment oštećenja sluha.- Argumentirati obilježja optimalne komunikacije s osobom s oštećenjem sluha u odnosu na vrijeme nastanka oštećenja, osobne čimbenike sudionika komunikacije, jezične čimbenike te okolne uvjete u kojima se komunikacija odvija.- Planirati i pripremiti nastavu na način optimalan za učenike i studente s oštećenjem sluha.- Odabrati odgovarajuće metode poučavanja s obzirom na specifičnosti komunikacije učenika i studenata s oštećenjem sluha.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	1/2) Pojmovi i znakovi bitni za razumijevanje procesa primanja i doživljavanja govornih signala. 3/4) Komunikacijske posljedice oštećenja sluha. 5/6) Otkrivanje oštećenja sluha, utvrđivanje njegovih obilježja, procjena njegovog utjecaja na jezično-govorni razvoj i komunikaciju. 7) Intervencija u području oštećenja sluha – opseg, obilježja i postupci nakon otkrivanja oštećenja sluha.		



	8) Uloga obitelji u rehabilitaciji slušanja i govora i savjetovanje obitelji djeteta s oštećenjem sluha. 9/10) Elektroakustički menadžment oštećenja sluha. 11-15) Pretpostavke uspješne komunikacije osoba s oštećenjem sluha, komunikacijske opcije i kompenzacijske komunikacijske strategije.					
obveze studenata	Pohađanje nastave, izrada vlastitih priprema za nastavu, izrada referata.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	50%	1	usmeni ispit	50%	1
	ukupno				2.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Tye-Murray, N. (2004). Foundations of Aural Rehabilitation: Children, Adults, and Their Family Members. 2nd Edition. Thompson Learning - Delmar Learning, Singular Publishing Group2. Easterbrooks, S. R., Estets, E. L. (2007). Helping deaf and hard of hearing students to use spoken language: a guide for educators and families. Corwin Press. USA – India – UK – Singapore3. Kavčić, Dorijana (2019). Crtice iz gramatike hrvatskoga znakovnog jezika. Hrvatsko društvo prevoditelja znakovnog jezika za Gluhe. (u tisku)4. Kavčić, Dorijana (2019). Video rječnik hrvatskoga znakovnog jezika za B2 razinu. Hrvatsko društvo prevoditelja znakovnog jezika za Gluhe.5. Möhr Nemčić, Renata (2015). Odrednice i korelati kulturnog identiteta gluhih u Hrvatskoj. Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, doktorska disertacija.6. Kavčić, Dorijana (2012). Hrvatski znakovni jezik: pregled opisanih jezičnih elemenata. Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, diplomski rad.7. Zimmermann, Antun (1984). Uvodni seminar o komunikaciji s osobama oštećena sluha. II prošireno izdanje. Savez osoba oštećena sluha grada Zagreba.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Cole, E. B., Flexer, C. (2008). Children with hearing loss: developing listening and talking birth to six. Plural Publishing Inc. San Diego – Oxford – Brisbane					
način praćenja kvalitete	Kvaliteta nastave pratit će se studentskim evaluacijama					



TJELESNO VJEŽBANJE NEUROLOŠKIH BOLESNIKA (172739)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Iris Zavoreo, dr. med. spec. neurolog.	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		iris_zavoreo@yahoo.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema posebnih uvjeta	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	(P) predavaonica A1 (S) dvorana B i 1/3 (V) izvan fakulteta / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 12P + 12S + 6V + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	do 60
ciljevi predmeta	U suvremenom društvu velik je broj bolesnika s akutnim i kroničnim manifestacijama neuroloških bolesti, a koje dugoročno značajno utječu na smanjenje ukupne kvalitete života, psihičkog i fizičkog zdravlja. Pravovremenim liječenjem osnovne bolesti, ali i redukcijom čimbenika rizika za nastanak istih može se značajno utjecati na cjelokupno zdravlje bolesnika kao i mogućnost nastanka komplikacija i posljedičnog invaliditeta. Osnovni cilj je provoditi usvajanja specifičnih znanja primjenjujući početnu razinu znanja o mehanizmima nastanka i mogućnostima suvremenog multidisciplinarnog pristupa u liječenju neuroloških bolesti i njihovog utjecaja na cjelokupno zdravstveno stanje kao i kvalitetu života bolesnika s neurološkim bolestima. Cilj je usvojiti osnovne pojmove o anatomskim strukturama, fiziološkim mehanizmima nastanka neuroloških bolesti, suvremenim mogućnostima multidisciplinarnog pristupa liječenja istih, kao i poduzimanja različitih preventivnih postupaka koji dovode do poboljšanja općeg zdravstvenog stanja, a samim time i rizika za komplikacije i utjecaj na kvalitetu života bolesnika. Provođenjem nastave kroz vježbe s bolesnicima koji pate od neke od neuroloških bolesti usvajaju se osnovne kompetencije za provođenje stručnih poslova u programu preventivnih i rehabilitacijskih postupaka		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- Spoznati važnost poznavanja osnovnih anatomskih struktura te fizioloških mehanizama koji sudjeluju u neurološkim bolestima- Poticati senzibilizaciju prema osobama koje imaju neku od neuroloških bolesti u akutnoj ili kroničnoj fazi s obzirom na njihovo smanjeno funkcioniranje na privatnom, socijalnom i društvenom planu.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Znanja o specifičnostima i najčešćim stanjima i dijagnozama neuroloških bolesnika - Specifična znanja o mogućnostima farmakološkom liječenju neuroloških bolesnika. - Specifična znanja o metodama fizikalne medicine u liječenju samih neuroloških bolesti te prevenciji komplikacija. - Specifična znanja o primjeni različitih nefarmakoloških metoda u liječenju samih neuroloških bolesti te prevenciji komplikacija. - Specifična znanja o kineziološkim principima rada i različitih kineziterapijskih, sportsko-rekreacijskih i edukacijskorehabilitacijskih aktivnosti osoba s neurološkom bolesti, a u svrhu liječenja istih i prevencije komplikacija. - Spoznaje o problemima i pravima osoba s neurološkim bolestima i njihovim komplikacijama.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja: 1. Upoznavanje s ciljem kolegija, okvirnim programom predmeta te načinom provođenja kolokvija i ispita (1P) 2. Upoznati kroz povijest razvoj problematike neuroloških bolesti (1P)		



	<ol style="list-style-type: none">3. Funkcionalna neuroanatomija (2P)4. Fiziologija neuroloških bolesti i komplikacija (2P)5. Osnovni principi neuroplastičnosti u neurološkim bolestima (1P)6. Najčešće kliničke manifestacije neuroloških bolesti i njihovih komplikacija (1P)7. Mogućnosti kliničke procjene i dijagnostike neuroloških bolesti (1P)8. Farmakološke metode u suvremenom pristupu liječenja neuroloških bolesti i njihovih komplikacija (P1)9. Nefarmakološke metode u suvremenom pristupu liječenja neuroloških bolesti i njihovih komplikacija (P1)10. Pristup bolesniku koji uz neurološku bolest ima i neku drugu kroničnu internističku bolest (1P) <p>Seminari:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Kineziterapija u akutnoj i kroničnoj fazi neuroloških bolesti (S2)2. Kineziterapijski postupci koji se primjenjuju u prevenciji komplikacija neuroloških bolesti (S2)3. Farmakološke i nefarmakološke metode u planiranju poboljšanja kvalitete života bolesnika s neurološkom bolesti (S1)4. Dijetetske mjere u liječenju i prevenciji komplikacija neuroloških bolesti (S1) <p>Vježbe:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Upoznavanje s bolesnicima i njihovim dijagnozama. (1V)2. Prikaz fizikalnih postupaka liječenja prilagođenih pojedinom bolesniku. (V1)3. Prikaz pojedincu prilagođenog kineziterapijskog programa u akutnoj i kroničnoj fazi neurološke bolesti te prevenciji komplikacija (V2)4. Prikaz planiranja individualno prilagođenih farmakoloških mjera i nefarmakoloških mjera a u svrhu poboljšanja kvalitete života (V1)5. Prikaz praktične primjene i individualnog pristupa u planiranju-praćenje bolesnika pomoću procjenskih skala (V1)												
obveze studenata	Redoviti pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi												
praćenje rada studenata	<table border="1"><tr><td>pohađanje nastave</td><td>50%</td><td>1</td><td>Praktični rad</td><td>25%</td><td>0.5</td></tr><tr><td>usmeni ispit</td><td>25%</td><td>0.5</td><td>ukupno</td><td colspan="2">2.0 ECTS</td></tr></table>	pohađanje nastave	50%	1	Praktični rad	25%	0.5	usmeni ispit	25%	0.5	ukupno	2.0 ECTS	
pohađanje nastave	50%	1	Praktični rad	25%	0.5								
usmeni ispit	25%	0.5	ukupno	2.0 ECTS									
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Grbavac Ž. Neurologija. A.G.Matoš,Zagreb, 1997.2. Demarin V, Trkanjec Z. Neurologija, Medicinska naklada, Zagreb, 20083. Demarin V, Bašić Kes V, Zavoreo I et al: Pobjedimo migrenu i druge glavobolje. Zagreb: Naklada Zadro, 2007.4. Demarin V, Bašić Kes V. i suradnici. Glavobolje i druga bolna stanja. Medicinska naklada, Zagreb,2011.5. Bašić Kes, Vida Demarin i suradnici. Moždani udar, Medicinska naklada 2014, Zagreb6. Bašić Kes i suradnici. Neuroimunologija, Medicinska naklada, Zagreb, 2015.												
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Bašić-Kes V, Zavoreo I, Rotim K, Bornstein N, Rundek T, Demarin V. Ad hoc Committee of the Croatian Society for Neurovascular Disorders; Croatian Medical Association. Recommendations for diabetic polyneuropathy treatment. Acta Clin Croat. 2011.2. Demarin V, Bašić-Kes V, Zavoreo I, Bosnar-Puretić M, Rotim K, Lupret V, Perić M, Ivanec Z, Fumić L, Lusić I, AleksićShihabis A, Kovac B, Ivanković M, Škobić H, Maslov B, Bornstein N, Niederkorn K, Sinanović O, Rundek T; Ad hoc Committee of the Croatian Society for Neurovascular Disorders; Croatian Medical Association. Recommendations for neuropathic pain treatment. Acta Clin Croat. 2008 Sep;47(3):181-91.												



	3. Kes VB, Cengiđ L, Cesarik M, Tomas AJ, Zavoreo I, Matovina LZ, Corić L, Drnasin S, Demarin V. Quality of life in patients with multiple sclerosis. Acta Clin Croat. 2013 Mar;52(1):107-11
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



WELLNESS (124089)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Mirna Andrijašević				
kancelarija		120				
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom				
e-mail		mirna.andrijasevic@kif.unizg.hr				
telefon		+38513658720				
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni			
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.			
uvjeti za upis predmeta	Odslušana nastava iz predmeta Kineziološka rekreacija.	bodovna vrijednost	2.0 ECTS			
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + dvorana					
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V	očekivani broj studenata na predmetu	do 60			
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je dopuniti temeljna znanja suvremenim modelima i programima iz područja kineziološke rekreacije i stjecanje specijaliziranih znanja o uvođenju i provedbi sustava wellness.					
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Organizacija stručnog rada u sportsko-rekreacijskim centrima; Rad u timu sa stručnjacima iz drugih područja.					
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - razumjeti koncepciju i čimbenike za razvoj wellnessa, - razumjeti funkciju wellnessa u suvremenom životu urbanog čovjeka, - modelirati wellness ponudu s posebnim naglasnom na kineziološke programe, - izraditi i provoditi transformacijske i relaksacijske kineziološke programe u wellness centru, - primijeniti metode za valorizaciju wellness programa aktivnosti .					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Definicija i koncept wellnessa. Mjesto i uloga wellnessa u svijetu i Hrvatskoj. Čimbenici razvoja wellnessa. Temeljne sastavnice wellnessa. Funkcija wellnessa u suvremenom životu urbanog čovjeka. (2P+2V) 2. Mogućnosti primjene wellnessa u različitim društveno-ekonomskim uvjetima. Wellness kao selektivna turistička ponuda. (2P+2V) 3. Modeliranje ponude wellnessa. Uloga kinezioloških programa u ponudi wellnessa. (2P+2V) 4. Programi wellnessa kao novi pristup kvalitetnom provođenju slobodnog vremena. Razlikovanje wellnessa i zdravstvenog turizma. (2P+2V) 5. Wellness kao model prihvaćanja novog sustava vrijednosti za podizanje kvalitete života suvremenog čovjeka. Tehničko-taktički principi za provedbu programa wellnessa: objekti, interijeri, stručna razina, komunikacija, izbor sadržaja. (2P+2V) 6. Transformacijski i relaksacijski kineziološki programi kao osnova (kineziološkog) wellnessa. Struktura sudionika wellness programa. (2P+2V) 7. Metode za valorizaciju wellness programa. Metode za kontrolu kvalitete wellness programa. (3P+3V)					
obveze studenata	Redoviti pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi					
	pohađanje nastave	25%	0.5	seminarski rad	25%	0.5



praćenje rada studenata	usmeni ispit	50%	1	ukupno	2.0 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Andrijašević, M. (2010). Kineziološka rekreacija. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.2. Andrijašević M., Bartoluci, M. (2004). Uloga wellnessa u suvremenom turizmu, Acta turistica, 16(2), 125-143.3. Andrijašević, M. (2004). Programi i sadržaji razvoja sportsko-rekreacijskog turizma u Hrvatskoj. u: Bartoluci, M.i sur. (ur.), Menedžment u sportu i turizmu, Zagreb: KF, EF, 347-357.				
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Ivanišević G. i sur.(2004). Zdravstveni turizam, prehrana, kretanje i zaštita okoliša u Hrvatskoj, znanstveni skup Veli Lošinj, Zagreb: Akademija medicinskih znanosti Hrvatske.2. Aerobics and Fitness Asociation of America (1997). Fitness Theory & Practice. California: Sherman Oaks.3. Corbin, B.C., Lindsey, R., Welk, I. G., Corbin, R. W. (2002). Concepts of fitness and wellness. New York, USA: Mc Graw Hill Companies.4. Andrijašević M. (2002). Raising the quality of the sports-recreational offer in Croatian tourism, u: 16th biennial International Congress, Hotel & tourism, University of Rijeka.5. Andrijašević, M. (ur.). (2000). Slobodno vrijeme i igra. Zagreb: FFK, ZV.				
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.				



ZNANSTVENI ENGLSKI (124090)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Darija Omrčen	
kancelarija		116	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		darija.omrcen@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658716	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	obvezni
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	nema preduvjeta za upis	bodovna vrijednost	2.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / (P) i (V) / on-line nastava u sustavu Merlin iMicrosoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 10P + 20V	očekivani broj studenata na predmetu	do 30
ciljevi predmeta	Ovladati znanstvenim nazivljem te strukturom znanstvenoga diskursa.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Recepcijska i produkcijska razina ovladanosti znanstvenim nazivljem i strukturom znanstvenoga diskursa.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će: - razviti recepcijsku razinu znanja znanstvenoga nazivlja, - upoznati se s obilježjima znanstvenoga diskursa na engleskome jeziku, ishoda učenja) - upoznati se s gramatičkim obilježjima znanstvenoga diskursa, - razviti produkcijsku razinu znanja znanstvenoga nazivlja		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka tema se izvodi 1 nastavni sat) 1. Obilježja jezika znanosti – distinktivnost, leksička obilježja, gramatička obilježja u engleskome jeziku 2. Struktura rečenica, struktura znanstvenoga teksta i znanstvenoga diskursa u engleskome jeziku 3. Leksičke kategorije u jeziku znanosti na engleskome jeziku 4. Imenske fraze sa složenom strukturom u engleskome jeziku 5. Ograđivanje u izričaju kao obilježje znanstvenoga diskursa u engleskome jeziku. Uporaba kondicionala u znanstvenome diskursu u engleskome jeziku. 6. Akademsko nazivlje u engleskome jeziku 7. Znanstveno nazivlje, kratice, brojevni izrazi i razni simboli na engleskome jeziku. Terminologija statističkih metoda obrade podataka na engleskome jeziku. 8. Znanstvena nomenklatura kineziologije na engleskome jeziku 9. Načini izricanja pretpostavki, uzroka i posljedica na engleskome jeziku 10. Načini izricanja zaključaka istraživanja na engleskome jeziku nastave Vježbe (svaka tema se izvodi 1 nastavni sat) 1. Kolokacije u znanstvenome nazivlju 2. Razumijevanje dijelova naziva s ciljem razumijevanja cijeloga naziva. Prefiksi i sufiksi u znanstvenome nazivlju. 3. Uvježbavanje struktura rečenica u znanstvenome tekstu 4. Uporaba zadanih izraza (npr. brojevnih) i naziva u engleskoj rečenici 5. Prijevod znanstvenoga teksta s engleskoga na hrvatski jezik		



	<p>6. Prijevod znanstvenoga teksta s engleskoga na hrvatski jezik</p> <p>7. Izricanje cilja istraživanja na engleskome jeziku. Izricanje očekivanja.</p> <p>8. Izricanje na engleskome jeziku razloga za uporabu odabranih metoda statističke obrade podataka</p> <p>9. Izricanje stavova i mišljenja o rezultatima istraživanja drugih autora na engleskome jeziku – izricanje slaganja</p> <p>10. Izricanje stavova i mišljenja o rezultatima istraživanja drugih autora na engleskome jeziku – izricanje neslaganja</p> <p>Izricanje stavova i mišljenja o rezultatima vlastitoga istraživanja na engleskome jeziku – izricanje stava ili mišljenja s pretpostavkom</p> <p>Izricanje stavova i mišljenja o rezultatima vlastitoga istraživanja na engleskome jeziku – izricanje stava ili mišljenja s ogradom</p> <p>Pismeno parafraziranje pročitana znanstvenoga teksta na engleskome jeziku</p> <p>Pismeno parafraziranje slušanoga znanstvenoga teksta na engleskome jeziku</p> <p>Usmeno prepričavanje pročitana znanstvenoga teksta na engleskome jeziku</p> <p>Usmeno prepričavanje slušanoga znanstvenoga teksta na engleskome jeziku</p> <p>Oblikovanje hipotetskoga istraživanja na engleskome jeziku. Opis ciljeva, uzorka, metoda, rezultata.</p> <p>Pismeno izvještavanje na engleskome jeziku o provedenome istraživanju.</p> <p>Rasprava na engleskome jeziku o rezultatima hipotetskoga znanstvenoga istraživanja. Argumentacija za i protiv.</p> <p>Rasprava na engleskome jeziku o rezultatima hipotetskoga znanstvenoga istraživanja – izricanje prednosti i nedostataka</p>					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.2	esej	30%	0.6
	pismeni ispit	30%	0.6	usmeni ispit	30%	0.6
	ukupno				2.0 ECTS	
obvezna literatura	<p>1. Day, R.A., Sakadinski, N. (2011). Scientific English: A Guide for Scientists and Other Professionals. (ostalih medija) Greenwood Press</p> <p>2. McCarthy, M., O'Dell, F. (2008). Academic Vocabulary in Use. Cambridge: Cambridge University Press.</p>					
dopunska literatura						
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA X. SEMESTRA

Šifra predmeta	PREDMETI IZBORNIH SMJEROVA	NOSITELJI	Opterećenje			ECTS bodovi
124034	Grupni fitnes programi II	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić	5	20	20	4.5
124033	Programiranje treninga fitnesa	doc. dr. sc. Josipa Nakić	30	15		4.5
123982	Kontrola treniranosti u hrvanju	izv. prof. dr. sc. Mario Baić	15		15	3.0
123981	Programiranje treninga u hrvanju	izv. prof. dr. sc. Mario Baić	30	30		6.0
123995	Kontrola treniranosti u jedrenju	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	15		15	3.0
123994	Programiranje treninga u jedrenju	izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	30	30		6.0
123997	Kontrola treniranosti u judu	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	15		15	3.0
123996	Programiranje treninga u judu	prof. dr. sc. Hrvoje Sertić	30	30		6.0
124035	Metodika kineziološke rekreacije u turizmu	doc. dr. sc. Drena Trkulja-Petković	60	14	16	9.0
124036	Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka III	izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović	15	15		3.0
124041	Odabrana poglavlja interne medicine	prof. dr. sc. Marjeta Mišigoj-Duraković	15	15		3.0
124040	Odabrana poglavlja neurologije	izv. prof. dr. sc. Iris Zavoreo	15	15		3.0
124032	Kontrola treniranosti	prof. dr. sc. Igor Jukić	15		15	3.0
124030	Programiranje kondicijske pripreme	doc. dr. sc. Cvita Gregov	30	15	15	6.0
123999	Kontrola treniranosti u košarci	prof. dr. sc. Damir Knjaz	15		15	3.0
123998	Programiranje treninga u košarci	prof. dr. sc. Damir Knjaz	30	30		6.0
124001	Kontrola treniranosti u nogometu	doc. dr. sc. Valentin Barišić	15		15	3.0
124000	Programiranje treninga u nogometu	doc. dr. sc. Valentin Barišić	30	30		6.0
124003	Kontrola treniranosti u odbojci	doc. dr. sc. Tomica Rešetar	15		15	3.0
124002	Programiranje treninga u odbojci	prof. dr. sc. Nenad Marelić	30	30		6.0
172746	Kontrola treniranosti u plesu	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	15		15	3.0
172745	Programiranje treniga u plesu	izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	30	30		6.0
124019	Kontrola treniranosti u skijanju	prof. dr. sc. Bojan Matković	15		15	3.0
124018	Programiranje treninga u skijanju	prof. dr. sc. Bojan Matković	30	30		6.0
124042	Marketing menadžment u sportu	prof. dr. sc. Jurica Pavičić	30	15		4.0
124043	Poduzetništvo u sportu	izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	25	20		5.0
124024	Kontrola treniranosti u tenisu	izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros	15		15	3.0
124023	Programiranje treninga u tenisu	izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros	30	30		6.0



FITNES – grupni fitness programi II (124034)

nositeljica predmeta	prof. dr. sc. Gordana Furjan-Mandić		
kancelarija	173		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	gordana.furjan-mandic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658		
vanjska suradnica	Marita Ukić, mag.cin.		
e-mail	marita.ukic21@gmail.com		
vanjska suradnica	Adrijana Dolančić, prof.		
e-mail	vjezbajmozajedno@gmail.com		
vanjski suradnik	Viktorio Miličević, prof.		
e-mail	viktorio.milicevic@gmail.com		
vanjska suradnica	Ana Đerek, mag.cin.		
e-mail	ana.zgcity@yahoo.com		
vanjska suradnica	Atja Begonja, mag.cin.		
e-mail	atja.begonja@gmail.com		
vanjska suradnica	Marina Tome, prof.		
e-mail	marina.reformer@gmail.com		
vanjska suradnica	Jasminka Tomčić,		
e-mail	aamika@gmail.com		
vanjska suradnica	Vesna Alikalfić, prof.		
e-mail	mobialikalfic@gmail.com		
vanjska suradnica	Blanka Ciprić, prof.		
e-mail	bcipric@gmail.com		
vanjski suradnik	Dalibor Kiseljak,		
e-mail	Dalibor.Kiseljak@zvu.hr		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položeni obvezni predmeti Osnovnih kinezioloških transformacija 1 i 2 s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4)	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica i dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	45 sati = 5P + 20S + 20V + samostalni zadaci + multimedija i mreža + ostalo	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Usvajanje osnovnih i složenijih kretnih struktura vježbi za razvoj repetitivne snage, pilatesa i ostalih suvremenih fitness programa te praktična primjena istih u edukaciji, rekreaciji i sportu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Sposobnost samostalnog planiranja, programiranja i vođenja satova različitih vrsta grupnih fitness programa za populacije različite dobi i razine treniranosti.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će moći: - demonstrirati pravilnu tehniku različitih vrsta grupnih fitness programa (GFP);		



	<ul style="list-style-type: none">- učinkovito i sigurno poučavati zdrave osobe različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti različitim vrstama GFP-a;- razumjeti i uspješno primjenjivati sadržaje GFP-a s obzirom na ciljeve transformacijskog procesa u fitnessu;- programirati sat TZK sa sadržajima GFP-a.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Teorijska predavanja (svaka tema se obrađuje 1 nastavni sat)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Kineziološka struktura suvremenih grupnih fitness programa2. Specifičnosti i razlike grupnih fitness programa3. Uloga i način rada instruktora u grupnim fitness programima4. Nepreporučljive kretne strukture u aerobici5. Različite vrste grupnih fitness programa za „specifične“ populacije <p>Teorijsko-praktična predavanja i vježbe (svaka tema obrađuje se 2TPP+2V)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Metodski postupci promjene vodeće noge2. Postavljanje voditelja u odnosu na grupu3. Vježbe istezanja i relaksacije4. Vježbe za razvoj repetitivne snage5. Aerobika s upotrebom različitih rekvizita6. Klasična pilates tehnika7. Pilates s korištenjem rekvizita8. Nordijsko hodanje – osnovna tehnika9. Vježbe za razvoj repetitivne i eksplozivne snage u nordijskom hodanju10. Aerobika za „specifične“ populacije					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave; aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu; polaganje kolokvija i ispita.					
praćenje rada studenata	Pohađanje nastave	22%	1	Kolokvij	22%	1
	Praktični rad	22%	1	Usmeni ispit	34%	1.5
	ukupno				4.5 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Zbornik radova, 6. zagrebački sajam sporta (1997). „Suvremena aerobika“, Metikoš, D., Prot, F., Furjan-Mandić, G., Kristić, K. (ur.) Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.2. Siler, B. (2003). Pilates tijelo – vodič kroz vježbe za jačanje, izduživanje i oblikovanje tijela kod kuće – bez sprava, Zagreb: Biovega.3. Jagodić-Rukavina, A. M. (2006). Body tehnika. Zagreb: Planetopija.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Jagodić Rukavina, A. M. (2005). Metodika individualnog i grupnog rada pilates vježbanja (Magistarski rad), Zagreb.2. Furjan-Mandić, G., Kondrić, M. (2005). Nordijsko hodanje - nova aktivnost u fizičkoj pripremi sportaša. u: Sekulić, D. (ur.). Međunarodno znanstveno-stručno savjetovanje „Sport – rekreacija – fitness“, Split, 15. travnja 2005. Zbornik radova. Split: Fakultet prirodoslovno matematičkih znanosti i odgojnih područja, Zavod za kineziologiju, 165-168.3. Alter, M. J. (1990). Science of stretching. Champaign, Illinois: Human Kinetics Books.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



FITNES – programiranje treninga fitnesa (124033)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Josipa Nakić	
kancelarija		40/3	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		josipa.nakic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658603	
nastavnik		dr. sc. Asim Bradić, viši. pred.	
kancelarija		140/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		asim.bradic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658703	
vanjski suradnik		Boris Metikoš, viši pred.	
e-mail		boris.metikos@tvz.hr	
vanjski suradnik		Marko Stepić, mag. cin.	
e-mail		geegha-man@hotmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položeni obvezni predmeti Osnovnih kinezioloških transformacija 1 i 2 s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4)	bodovna vrijednost	4.5 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	45 sati = 30P + 15S + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Predstaviti temeljna načela i zakonitosti oblikovanja programa pojedinačnog treninga i trenažnih ciklusa, ciljno usmjerenih prema unaprjeđenju/održavanju sastavnica zdravstvenog fitnesa – mišićno-motoričke sastavnice, srčano-dišne sastavnice, morfološke sastavnice i metaboličke sastavnice. Predstaviti načine određivanja komponenata opterećenja u treningu fitnesa. Predstaviti akutne i kronične učinke primjene različitih modaliteta treninga fitnesa na radnu sposobnost čovjeka. Predstaviti osnovne informacije o specifičnostima oblikovanja programa treninga fitnesa posebnih populacija.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	<ul style="list-style-type: none">- sposobnost neovisnog kritičkog promišljanja i rješavanja praktičnih kinezioloških problema- sposobnost planiranja, programiranja i provođenja transformacijskih procesa u područjima primijenjene kineziologije- sposobnost promoviranja tjelesnog vježbanja u funkciji unaprjeđenja i očuvanja zdravlja osoba različite dobi, spola i razine tjelesne aktivnosti		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Nakon odslušanog i položenog predmeta studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- razumjeti osnovna načela progresije u treningu fitnesa zdravih osoba,- oblikovati optimalne programe vježbanja za unaprjeđenje/održavanje zdravstvenog fitnesa zdravih osoba,- razumjeti specifičnosti oblikovanja programa vježbanja za posebne populacije, poput djece i mladih te starijih osoba,- razumjeti osnove prilagodbe organizma na trening s otporom, srčano-dišni trening, trening fleksibilnosti te trening ravnoteže i funkcionalne stabilizacije zglobova,		



	- integrirati znanja o treningu fitnesa sa znanjima o prehrani s ciljem optimizacije prilagodbe organizma na trenažni podražaj.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari <ol style="list-style-type: none">1. Akutni fiziološki odgovor organizma na različite modalitete treninga fitnesa (2P+2S)2. Kronična prilagodba organizma na različite modalitete treninga fitnesa (4P+2S)3. Određivanje komponenti opterećenja u treningu fitnesa (4P+2S)4. Principi progresije u treningu fitnesa (4P+2S)5. Oblikovanje pojedinačnog treninga fitnesa (4P+2S)6. Oblikovanje programa treninga fitnesa: mikro-, mezo- i makrociklus (4P+2S)7. Integracija treninga fitnesa i prehrane (4P+1S)8. Specifičnosti oblikovanja treninga fitnesa posebnih populacija (4P+2S)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave; aktivno sudjelovanje u nastavnom procesu; polaganje kolokvija i ispita.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	11%	0.5	kolokvij	33%	1.5
	pismeni ispit	56%	2.5	ukupno	4.5 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Cook, Gray (2003). Athletic body in balance. Human Kinetics, Champaign, IL.2. McGill, S. (2014). Ultimate back fitness and performance. Wabuno Publishers, Backfitpro Inc., Waterloo, fifth edition, Ontario, Canada.3. Micheal A. Clark, Scott C. Lucett (2012). NASM's Essentials of Personal Fitness Training: Lippincott Williams & Wilkins.4. Sekulić, D., Metikoš, D. (2007). Osnove transformacijskih postupaka u kineziologiji. Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti, Split.5. Zatsiorsky, V.M., Kraemer, W.J. (2010). Znanost i praksa u treningu snage. Datastatus, Beograd.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. ACSM. (2009). ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. Lippincott Williams & Wilkins, Baltimore.2. Alter, M (1996). The Science of Flexibility. Champaign. IL: Human Kinetics.3. Boyle, Michael (2010). Advances in functional training. Aptos, CA.4. Egosque, P., Gittines, R. (2004). Egoscue metoda: pokretom do zdravlja. Grafički zavod Hrvatske.5. Esther Gokhale (2008). 8 STEPS to a PAIN-FREE BACK. Pendo Press, 881 Tolman Drive, Stanford, CA 94305.6. Howley, E., Franks, B.D. (2007). Fitness Professional's Handbook, Champaign, IL., USA.7. Julie A Webster (2009). Regaining Good Posture Through Stretches and Supportive Exercises.8. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet – integralni kondicijski trening. TVZ, Zagreb.9. McGill, S. (2007). Low back disorders. Human Kinetics, Champaign, IL. McGill, S. (2014).10. McGill, S. (2015). Back Mechanic: The secrets to a healthy spine your doctor isn't telling you. Backfitpro Inc., Gravenhurst, Ontario, Canada.11. Micheal A. Clark, Scott C. Lucett (2010). NASM's Essentials of Sports Performance Training: Lippincott Williams & Wilkins.12. Micheal A. Clark, Scott C. Lucett (2011). NASM's Essentials of Corrective Exercise Training: Lippincott Williams & Wilkins.13. Muscle & Motion (2014.) All about strength training, računalni program, http://www.muscleandmotion.com/multifitHomePage.aspx. Multifit, Biloo 10, T.A, Israel.					



	14. Nakić, J., Kovačević, E., Abazović, E. (2017). Prednji i stražnji nagib zdjelice. Kondicijski trening, 15(1): 30-35.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



HRVANJE – kontrola treniranosti u hrvanju (123982)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Mario Baić	
kancelarija		136	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		mario.baic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658736	
suradnik		dr. sc. Damir Pekas	
kancelarija		137	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		damir.pekas@kif.hr	
telefon		+38513658737	
vanjski suradnik		Tomislav Mičuda mag.cin.	
e-mail		tomislav.micuda@kif.hr	
vanjski suradnik		dr. sc. Kristijan Slačanac, predavač	
e-mail		kristijan.slacanac@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Hrvanje s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + dvorana		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V + samostalni zadaci + mentorski rad	očekivani broj studenata na predmetu	6
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kontrola treniranosti u hrvanju ima cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za praćenje promjena i dijagnostiku antropološkog statusa sportaša pod utjecajem hrvackog sportskog treninga.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Kontrola treniranosti u hrvanju studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za praćenje promjena i za dijagnostiku antropološkog statusa u: - hrvanju u edukaciji (obavezni i izvannastavni sadržaji), - natjecateljskim hrvackim sportovima, - radu sa specifičnim populacijama (sportaši u ostalim sportovima u kojima hrvanje ima svoju primjenu te vojsci i policiji).		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Studenti stječu znanja o dijagnostici stanja treniranosti hrvaca. - Studenti stječu znanja o konstrukciji i validaciji mjernih instrumenata. - Studenti stječu znanja o testovima za procjenu antropometrijskih karakteristika, bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti, bazičnih i specifičnih funkcionalnih sposobnosti, biokemijskih varijabli, osobina ličnosti, kognitivnih sposobnosti i mikrosocijalne strukture ekipe. - Studenti stječu znanja o testovima za procjenu natjecateljske učinkovitosti. - Studenti stječu znanja o procjeni usvojenosti tehničkih znanja i procjeni razine taktičkog djelovanja. - Studenti stječu znanja o informatičkim sustavima za registraciju i obradu prikupljenih podataka.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Dijagnostika stanja treniranosti hrvaca. Evidencija treninga, tjednog i godišnjeg opterećenja. (2P+2V) 2. Konstrukcija i validacija mjernih instrumenata. (2P+2V)		



	<ol style="list-style-type: none">3. Testovi za procjenu antropometrijskih karakteristika, bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti, bazičnih i specifičnih funkcionalnih sposobnosti, biokemijskih varijabli, osobina ličnosti, kognitivnih sposobnosti i mikrosocijalne strukture ekipe. (2P+2V)4. Testovi za procjenu natjecateljske učinkovitosti: parametri natjecateljske učinkovitosti, registracija i vrednovanje postignutih rezultata natjecatelja (2P+2V)5. Procjena usvojenosti tehničkih znanja. Procjena razine taktičkog djelovanja. (2P+2V)6. Izbor latentnih dimenzija i mjernih instrumenata, provedba i organizacija mjerenja, registracija i obrada prikupljenih podataka, analiza i interpretacija rezultata, prezentacija dobivenih rezultata te primjena rezultata testiranja u programiranju treninga (2P+2V)7. Informatički sustavi za registraciju i obradu prikupljenih podataka (2P+2V)8. Primjena i principi testiranja sa sportašima u kojima hrvanje ima svoju primjenu te u vojsci i policiji (1P+1V)					
obveze studenata	30 sati prakse unutar predmeta Kontrola treniranosti u hrvanju. Pisanje seminarских radova.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	17%	0.5	usmeni ispit	33%	1
	seminarski rad	33%	1	praktični rad	17%	0.5
	ukupno					3.0 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Marić, J., Baić, M., Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima2. Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb: Sportska tribina3. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Baić, M., Sertić, H., Milanović, D., Starosta, W., Cvetković, Č. (2006). Diagnostics of physical abilities of wrestlers in Croatia. u: Cynarski, W. J., Kalina, R. M., Obodynski, K. (ur.), Proceedings of 1st World Scientific Congress of Combat Sports and Martial Arts. Rzeszow, Poland, 22. - 24. 09. 2006.2. Starosta, W., Tracewski, J. (1998). An objective method of assessing the level of motor abilities in advanced wrestlers. In: Sadowski, J., Starosta, W. (ed.) International scientific conference „Movement Coordination in Team Sport Games and Martial Arts“, Academy of Physical Education in Warsaw – The Institute of Sport and Physical Education in Biała Podlaska, 249 – 254.3. Marić, J., Kuleš, B., Jerković, S., Blašković, M., Cvetković, Č. (1996). Dijagnosticiranje i prognoziranje sportskih rezultata u hrvanju grčko-rimskim načinom. Zbornik radova III. konferencije o sportu Alpe-Jadran, Rovinj.4. Petrov, R. (1997). Structure et controle de la preparation sportive a la lutte. Rim: FILA.5. Petrov, R., Dobrev, D., Berberov, N., Makaveev, O. (1977). Svobodna i klasičeska borba. Sofija: Medicina i fizkultura. (prijevod na hrvatski s bugarskog).					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



HRVANJE – programiranje treninga u hrvanju (123981)

nositelj predmeta	izv. prof. dr. sc. Mario Baić		
kancelarija	136		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	mario.baic@kif.unizg.hr		
telefon	+38513658736		
suradnik	dr. sc. Damir Pekas		
kancelarija	137		
konzultacije	on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom		
e-mail	damir.pekas@kif.hr		
telefon	+38513658737		
vanjski suradnik	Tomislav Mičuda mag.cin.		
e-mail	tomislav.micuda@kif.hr		
vanjski suradnik	dr. sc. Kristijan Slačanac, predavač		
e-mail	kristijan.slacanac@gmail.com		
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Hrvanje s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30S + samostalni zadaci + mentorski rad	očekivani broj studenata na predmetu	6
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Programiranje treninga u hrvanju ima cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima vezanim za zakonitosti planiranja i programiranja hrvačkog treninga.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Programiranje treninga u hrvanju studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za planiranje i programiranje hrvačkog treninga u: <ul style="list-style-type: none">- hrvanju u edukaciji – obavezni i izvannastavni sadržaji,- natjecateljskim hrvačkim sportovima,- radu sa specifičnim populacijama (sportaši u ostalim sportovima u kojima hrvanje ima svoju primjenu te u vojsci i policiji).		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Studenti stječu znanja o specifičnostima dugoročnog i kratkoročnog planiranja i programiranja u hrvanju.- Studenti stječu znanja o izradi kalendara i rasporeda natjecanja u višegodišnjem i jednogodišnjem ciklusu sportaša različitih dobnih kategorija.- Studenti stječu znanja o specifičnostima i fazama sportske forme u hrvanju.- Studenti stječu znanja o primjeni rezultata testiranja u planiranju i programiranju sportske pripreme.- Studenti stječu znanja o strukturiranju plana i programa treninga u godišnjem ciklusu treninga: pripremni, natjecateljski i prijelazni period.		



	<ul style="list-style-type: none"> - Studenti stječu znanja o specifičnostima operativnog planiranja i programiranja treninga u mikrociklusu ovisno o rasporedu natjecanja (jedno, dva ili više natjecanja u mikrociklusu). - Studenti stječu znanja o specifičnostima modeliranja trenažnog dana (jedan, dva ili više pojedinačnih treninga) i pojedinačnog treninga (dva do pet sati trenažnog rada). - Studenti stječu znanja o razradi procesa treninga u fazama višestrane, bazične, specifične, situacijske i prednatjecateljske pripreme. - Studenti stječu znanja o novim tendencijama u programiranju treninga hrvača. 					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja i seminari</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Specifičnosti programiranja treninga u hrvanju (dobne kategorije, selekcija i usmjeravanje djece u hrvanje, sportske hrvačke škole, periodizacija sportske karijere) (2P+2S) 2. Specifičnosti dugoročnog i kratkoročnog planiranja i programiranja u hrvanju (2P+2S) 3. Kalendar i raspored natjecanja u višegodišnjem i jednogodišnjem ciklusu sportaša različitih dobnih kategorija. (2P+2S) 4. Specifične faze sportske forme u hrvanju (2P+2S) 5. Primjena rezultata testiranja u planiranju i programiranju sportske pripreme. Metode za određivanje inicijalnog, prijelaznog i finalnog stanja. (2P+2S) 6. Strukturiranje plana i programa treninga u godišnjem ciklusu: pripremni, natjecateljski i prijelazni period (2P+2S) 7. Sumarni parametri i njihova distribucija u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom periodu (2P+2S) 8. Specifičnosti pripremnog perioda (tekuće planiranje i programiranje) u hrvanju: pripremni period s dvije, tri, četiri i pet razvojnih faza (2P+2S) 9. Specifičnosti operativnog planiranja i programiranja treninga u mikrociklusu ovisno o rasporedu natjecanja (jedno, dva ili više natjecanja u mikrociklusu) (2P+2S) 10. Specifičnosti modeliranja trenažnog dana (jedan, dva ili više pojedinačnih treninga) i pojedinačnog treninga (dva do pet sati trenažnog rada) (3P+3S) 11. Razrada procesa treninga u fazama višestrane, bazične, specifične, situacijske i prednatjecateljske pripreme (2P+2S) 12. Prognoziranje sportskih rezultata u hrvanju. Izbor kandidata za reprezentacije različitih dobnih skupina. (2P+2S) 13. Planiranje i programiranje regulacije tjelesne težine hrvača (2P+2S) 14. Nove tendencije u programiranju treninga hrvača (vođenje dnevnika rada, primjena rezultata novih istraživanja) (2P+2S) 					
obveze studenata	Student je obavezan sudjelovati u pisanju seminarskih radova na temu programiranje treninga u hrvanju.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	17%	1	seminarski rad	33%	2
	kolokvij	8%	0.5	usmeni ispit	25%	1.5
	pismeni ispit	17%	1	ukupno	3.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Marić, J., Baić, M., Cvetković, Č. (2007). Primjena hrvanja u ostalim sportovima 2. Marić, J. (1990). Rvanje slobodnim načinom. Zagreb: Sportska tribina 3. Marić, J. (1985). Rvanje klasičnim načinom. Zagreb: Sportska tribina 					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baić, M., Sertić, H., Milanović, D., Starosta, W., Cvetković, Č. (2006). Diagnostics of physical abilities of wrestlers in Croatia. u: Cynarski, W. J., Kalina, R. M., Obodynski, K. (ur.), Proceedings of 1st World Scientific Congress of Combat Sports and Martial Arts. Rzeszow, Poland, 22. - 24. 09. 2006. 					



	<ol style="list-style-type: none">2. Starosta, W., Tracewski, J. (1998). An objective method of assessing the level of motor abilities in advanced wrestlers. In: Sadowski, J., Starosta, W. (ed.) International scientific conference „Movement Coordination in Team Sport Games and Martial Arts“, Academy of Physical Education in Warsaw – The Institute of Sport and Physical Education in Białá Podlaska, 249 – 254.3. Marić, J., Kuleš, B., Jerković, S., Blašković, M., Cvetković, Č. (1996). Dijagnosticiranje i prognoziranje sportskih rezultata u hrvanju grčko-rimskim načinom. Zbornik radova III. konferencije o sportu Alpe-Jadran, Rovinj.4. Petrov, R. (1997). Structure et controle de la preparation sportive a la lutte. Rim: FILA.5. Petrov, R., Dobrev, D., Berberov, N., Makaveev, O. (1977). Svobodna i klasičeska borba. Sofija: Medicina i fizkultura. (prijevod na hrvatski s bugarskog).
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



JEDRENJE – kontrola treniranosti u jedrenju (123995)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	
kancelarija		140/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		nikola.prlenda@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658703	
vanjski suradnik		Vladetić Mladen mag.cin.	
e-mail		mladenvladetic@gmail.com	
vanjski suradnik		Kliba Dario prof.	
e-mail		dario.kliba@gmail.com	
vanjski suradnik		David Hrabrić mag.cin.	
e-mail		david.hrabric@yahoo.com	
vanjski suradnik		Špoljarić Zoran mag.cin.	
e-mail		zoranspoljaric86@gmail.com	
vanjski suradnik		Slatki Dino mag.cin.	
e-mail		slatki.dino@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Sportovi na vodi s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + terenska nastava		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V + samostalni zadaci + mentorski rad	očekivani broj studenata na predmetu	16
ciljevi predmeta	Ponuditi studentima temeljna teorijska i praktična znanja o kontroli treniranosti i evaluaciji efekata treninga.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će kroz predmet Kontrola treniranosti u jedrenju moći, na temelju dobivenog znanja, evaluirati i kontrolirati trenažni proces. Pomoću različitih metoda dijagnosticirati će stanje treniranosti različitih dobnih skupina jedriličara i jedriličarki.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Kroz predmet Kontrola treniranosti u jedrenju studenti će steći znanja o: - stupnju usvojenosti jedriličarske tehnike; - sustavu dijagnostike u jedriličarskom sportu; - važnosti dijagnostike u jedrenju; - primjenljivosti rezultata različitih testiranja u planiranju i programiranju jedriličarskog treninga.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Kontrola efekata treninga višegodišnje pripreme jedriličara: do 14 godina i od 14 godina (po klasama) (1P) 2. Kontrola efekata treninga vrhunskih jedriličara (1P) 3. Kontrola jedriličarske uspješnosti (jednosjedi i višesjedi) i korištenje podataka za programiranje treninga (3P) 4. Morfološka dijagnostika (2P) 5. Funkcionalna dijagnostika (2P) 6. Biomehanička dijagnostika (2P)		



	7. Dijagnostika motoričkih sposobnosti (2P) 8. Psihosociološka dijagnostika (2P) Vježbe 1. Vrednovanje usvojenosti jedriličarskih motoričkih znanja jedriličara i jedriličarki po jedriličarskim klasama (4V) 2. Vrednovanje usvojenosti jedriličarskih motoričkih znanja jedriličara i jedriličarki po razinama natjecanja (4V) 3. Testiranje motoričkih sposobnosti jedriličara natjecatelja (2V) 4. Testiranje funkcionalnih sposobnosti jedriličara natjecatelja (2V) 5. Testiranje morfoloških sposobnosti jedriličara natjecatelja (2V) 6. Situacijsko praćenje jedriličarske uspješnosti (1V)												
obveze studenata	Pohađanje svih oblika nastave.												
praćenje rada studenata	<table border="1"><tr><td>pohađanje nastave</td><td>33%</td><td>1</td><td>praktični rad</td><td>33%</td><td>1</td></tr><tr><td>usmeni ispit</td><td>33%</td><td>1</td><td>ukupno</td><td>3.0 ECTS</td><td></td></tr></table>	pohađanje nastave	33%	1	praktični rad	33%	1	usmeni ispit	33%	1	ukupno	3.0 ECTS	
pohađanje nastave	33%	1	praktični rad	33%	1								
usmeni ispit	33%	1	ukupno	3.0 ECTS									
obvezna literatura	1. Prlenda, N. (2019). Jedrenje i jedrenje na dasci. Nastavni materijal 2. Bond, B. (1980). Sve o jedrenju. Zagreb: Mladost. 3. ISAF/HJS. (2016-2020). Pravila jedriličarskih natjecanja. Regatna pravila 4. Dedekam, I. (2004). Trimanje jedara i jarbola. Zagreb: Fabra 5. Vitaljić, S. (2005). Biti brži. Zagreb 6. Driscoll, J. (2003). Jedrenje. Rijeka: Dušević & Kršovnik d.o.o.												
dopunska literatura	1. http://www.sailing.org/classesandequipment/olympic/index.php 2. http://www.hjs.hr/ 3. Conner, D. & Levitt, M. (1997). Naučite jedriti. Zagreb: Gandalf d.o.o. 4. Tomašević, E. (2007). Jedrenje - Mornarske vještine. Split: Pajet d.o.o. 5. Sleight, S. (2004). Priručnik za jedrenje. Zagreb: Znanje d.d.												
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.												



JEDRENJE – programiranje treninga u jedrenju (123994)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda	
kancelarija		140/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		nikola.prlenda@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658703	
vanjski suradnik		Vladetić Mladen mag.cin.	
e-mail		mladenvladetic@gmail.com	
vanjski suradnik		Kliba Dario prof.	
e-mail		dario.kliba@gmail.com	
vanjski suradnik		David Hrabrić mag.cin.	
e-mail		david.hrabric@yahoo.com	
vanjski suradnik		Špoljarić Zoran mag.cin.	
e-mail		zoranspoljaric86@gmail.com	
vanjski suradnik		Slatki Dino mag.cin.	
e-mail		slatki.dino@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Sportovi na vodi s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + terenska nastava		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30S + terenska nastava + samostalni zadaci + mentorski rad	očekivani broj studenata na predmetu	16
ciljevi predmeta	Ponuditi studentima temeljna teorijska i praktična znanja o strukturi, izradi i provedbi plana i programa jedriličarskog treninga s obzirom na spol, uzrasnu kategoriju, razinu znanja i razinu natjecanja.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će kroz predmet Planiranje i programiranje treninga u jedrenju moći, na temelju dobivenog znanja, planirati i programirati trening, njime upravljati te meritorno procijeniti i vrednovati efekte treninga po pojedinim jedriličarskim klasama, uzrastima, spolu i stupnjevima natjecanja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Kroz predmet Planiranje i programiranje treninga u jedrenju studenti će steći znanja o: <ul style="list-style-type: none">- osnovama periodizacije jedriličarskog treninga;- posebnostima kratkoročnog i dugoročnog planiranja i programiranja jedriličarskog treninga;- principima planiranja i programiranja s obzirom na pojedine jedriličarske klase (jednosjed, dvosjed, višesjed);- principima planiranja i programiranja s obzirom na dob, spol i razinu natjecanja;- evaluaciji efekata treninga;- postizanju i održanju sportske forme;- natjecateljskim postignućima.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja 1. Principi i pravila u programiranju treninga jedriličara (1P)		



prema satnici nastave	<ol style="list-style-type: none">2. Metode planiranja i programiranja jedriličarskog treninga (2P)3. Periodizacija treninga jedriličara: višegodišnja, jednogodišnja (2P)4. Osobitosti pripremnog perioda (2P)5. Osobitosti natjecateljskog perioda (2P)6. Osobitosti prijelaznog perioda (2P)7. Dvociklusna periodizacija (1P)8. Programiranje treninga u mezociklusu (2P)9. Programiranje mikrociklusa (2P)10. Programiranje trenažnog dana (2P)11. Programiranje pojedinačnog treninga (2P)12. Sportska forma (1P)13. Struktura plana i programa škole jedrenja (2P)14. Struktura plana i programa treninga jedriličara obzirom na jedriličarske klase (jednosjed, dvosjed) (2P)15. Struktura plana i programa treninga mlađih jedriličara i jedriličarki (2P)16. Planiranje i programiranje rada s vrhunskim jedriličarima (1P)17. Jedriličarski kalendar natjecanja (1P)18. Operativnost planiranja i programiranja jedriličarskog treninga obziromna na maritimne i vremenske uvjete (1P) <p>Seminari</p> <ol style="list-style-type: none">1. Izrada plana i programa škole jedrenja – jednosjedi (6S)2. Izrada plana i programa škole jedrenja – dvosjedi (6S)3. Izrada plana i programa škole jedrenja – višesjedi (6S)4. Izrada dugoročnog plana i programa jedriličarskog treninga (po jedriličarskim klasama i uzrastima) (4P)5. Izrada plana i programa treninga u mezociklusu (2P)6. Izrada plana i programa treninga u mikrociklusu (2P)7. Izrada plana i programa trenažnog dana (2P)8. Izrada plana i programa pojedinačnog treninga (2P)					
obveze studenata	Pohađanje svih oblika nastave.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	17%	1	pismeni ispit	17%	1
	praktični rad	33%	2	usmeni ispit	33%	2
	ukupno				6.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Prlenda, N. (2019). Jedrenje i jedrenje na dasci. Nastavni materijal2. Bond, B. (1980). Sve o jedrenju. Zagreb: Mladost.3. ISAF/HJS. (2016-2020). Pravila jedriličarskih natjecanja. Regatna pravila4. Dedekam, I. (2004). Trimanje jedara i jarbola. Zagreb: Fabra5. Vitaljić, S. (2005). Biti brži. Zagreb6. Driscoll, J. (2003). Jedrenje. Rijeka: Dušević & Kršovnik d.o.o.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. http://www.sailing.org/classesandequipment/olympic/index.php2. http://www.hjs.hr/3. Conner, D. & Levitt, M.(1997). Naučite jedriti. Zagreb: Gandalf d.o.o.4. Tomašević, E. (2007). Jedrenje - Mornarske vještine. Split: Pajet d.o.o.5. Sleight, S. (2004). Priručnik za jedrenje. Zagreb: Znanje d.d.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					





JUDO – kontrola treniranosti u judu (123997)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Hvoje Sertić	
kancelarija		155	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658755	
nastavnik		doc. dr. sc. Ivan Segedi	
kancelarija		140/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ivan.segedi@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658739	
vanjski suradnik		Matija Jug Dujaković, prof.	
e-mail		matija_jugdujakovic@yahoo.com	
vanjski suradnik		Nenad Kuštro, prof.	
e-mail		nenad.kustro@gmail.com	
vanjski suradnik		Davor Rožac, prof.	
e-mail		davor.rogi@gmail.com	
vanjski suradnik		Dominik Žanetić, mag.cin	
e-mail		dominik.125@hotmail.com	
vanjski suradnik		Dario Franjić, prof.	
e-mail		d.franjic19@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Judo s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + dvorana		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V + samostalni zadaci + seminari i radionice	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta Kontrola treniranosti u judu ima cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima o praćenju promjena i o dijagnostici antropološkog statusa sportaša pod utjecajem sportskog treninga juda.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta Kontrola treniranosti u judu studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za definiranje: <ul style="list-style-type: none">- dijagnostike u natjecateljskom judu – borbe,- dijagnostike u natjecateljskom judu – kate,- kontrole treniranosti posebnih populacija (vojska, policija i rekreativna populacija).		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Studenti stječu znanja o principima kontrole treniranosti u mlađim dobnim kategorijama.- Studenti stječu znanja o principima kontrole treniranosti u starijim dobnim kategorijama.- Studenti stječu znanja o konstrukciji i validaciji bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti.- Studenti stječu znanja o konstrukciji i validaciji bazičnih i specifičnih funkcionalnih sposobnosti.- Studenti stječu znanja o interpretaciji i primjeni rezultata testiranja u judo sportskom treningu i rekreaciji.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen	Predavanja i vježbe 1. Opis i primjena bazičnih motoričkih testova (2P+2V)		



prema satnici nastave	2. Opis i primjena specifičnih motoričkih testova (2P+2V) 3. Opis i primjena antropometrijske dijagnostike (1P+1V) 4. Opis i primjena morfološke dijagnostike (1P+1V) 5. Kontrukcija i validacija testova (1P+1V) 6. Interpretacija rezultata i primjena u treningu juda (1P+1V) 7. Primjena i principi testiranja u vojsci, policiji i zaštitarskim službama (1P+1V) 8. Primjena i principi testiranja u rekreativnom judo treningu (1P+1V) 9. Psihološka dijagnostika (1P+1V) 10. Primjena psihološke dijagnostike u judo treningu (1P+1V) 11. Dijagnostika natjecateljske učinkovitosti u judo borbi (1P+1V) 12. Upoznavanje s vrstama mjernih instrumenata za analizu judo borbe (1P+1V) 13. Primjena mjernih instrumenata za procjenu tehničko-taktičkih znanja judašica i judaša različitih dobnih i kvalitativnih kategorija (1P+1V)					
obveze studenata	Pisanje seminarskih radova.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	17%	0.5	pismeni ispit	33%	1
	kolokvij	17%	0.5	usmeni ispit	33%	1
	ukupno				3.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Sertić, H., Segedi, I. (2013). Judo osnove. Zagreb: Gopal. 2. Lucić, J., Gržeta, M. (2000). Judo u hrvatskoj vojsci. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske 3. Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci – knjiga druga. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske					
dopunska literatura	1. Sertić, H., Segedi, I., Žvan, M. (2007). Relations of certain anthropometric variables with the performance quality of throwing techniques in judo. Kinesiology Slovenica, Vol 13 (1): 48-60. 2. Sertić, H., Sterkowicz, S., Vuleta, D. (2009). Influence of latent motor abilities on performance in judo. Kinesiology, Vol. 41 (1): 76-87. 3. Janković, V., Jukić, I., Marelić, N., Milanović, D., Neljak, B., Sertić, H., Šimenc, Z., Vuleta, D. (1997). Testiranje motoričkih sposobnosti vrhunskih sportaša. Zbornik radova međunarodnog savjetovanja „Dijagnostika u sportu“. 6. zagrebački sajam sporta 26. 02. - 01. 03. 1997. 157-169.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



JUDO – programiranje treninga u judu (123996)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Hvoje Sertić	
kancelarija		155	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		hrvoje.sertic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658755	
nastavnik		doc. dr. sc. Ivan Segedi	
kancelarija		140/1	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ivan.segedi@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658739	
vanjski suradnik		Matija Jug Dujaković, prof.	
e-mail		matija_jugdujakovic@yahoo.com	
vanjski suradnik		Nenad Kuštro, prof.	
e-mail		nenad.kustro@gmail.com	
vanjski suradnik		Davor Rožac, prof.	
e-mail		davor.rogi@gmail.com	
vanjski suradnik		Dominik Žanetić, mag.cin	
e-mail		dominik.125@hotmail.com	
vanjski suradnik		Dario Franjić, prof.	
e-mail		d.franjic19@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Judo s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + dvorana		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V + samostalni zadaci + seminari i radionice	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Nastava iz predmeta programiranje treninga u Judu ima cilj formiranje visoko educiranog stručnog kadra s posebnim znanjima o zakonitostima planiranja i programiranja judo treninga.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Apsolviranjem predmeta programiranje treninga u Judu studenti će ovladati posebnim znanjima i sposobnostima važnim za planiranje i programiranje judo treninga u: - natjecateljskom judo sportu – borbe - natjecateljskom judo sportu – kate - rekreaciji - posebnim populacijama (vojska, policija i zaštitarske službe).		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	- Studenti stječu znanja o zakonitostima planiranja i programiranja višegodišnjeg ciklusa. - Studenti stječu znanja o zakonitostima planiranja i programiranja jednogodišnjeg ciklusa. - Studenti stječu znanja o zakonitostima planiranja i programiranja jednog mezociklusa. - Studenti stječu znanja o zakonitostima planiranja i programiranja jednog mikrociklusa. - Studenti stječu znanja o zakonitostima planiranja i programiranja jednog trenažnog dana. - Studenti stječu znanja o zakonitostima planiranja i programiranja jedne trenažne jedinice.		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari <ol style="list-style-type: none">1. Određivanje razvojnih faza judaša. Perspektivno planiranje treninga. Opasnosti od preranog iskorištavanja bioloških potencijala judaša. (2P+2S)2. Prognoziranje razvojnih faza judaša od početka do vrha karijere (2P+2S)3. Dugoročno i kratkoročno planiranje i programiranje treninga u judu (2P+2S)4. Višegodišnja i jednogodišnja periodizacija treninga (2P+2S)5. Kalendar natjecanja u judu (jednociklusna i dvociklusna periodizacija godišnjeg ciklusa treninga) (4P+4S)6. Razvojne faze sportske forme u godišnjem ciklusu (2P+2S)7. Struktura plana i programa treninga u judu: godišnji ciklus treninga (pripremni, natjecateljski i prijelazni period), pripremni period (faze bazične i specifične pripreme i prednatjecateljska faza) (2P+2S)8. Planiranje i programiranje treninga u judu tijekom mikrociklusa, trenažnog dana i pojedinačnog treninga. Neposredna priprema za sezonu najvažnijih natjecanja (4P+4S)9. Trenažni operatori u treningu (2P+2S)10. Izrada planova i programa treninga judašica i judaša u pojedinim ciklusima sportske pripreme (4P+4S)11. Vođenje dnevnika rada (evidencija i analiza trenažnog procesa) (2P+2S)12. Primjena rezultata istraživanja o efektima programiranog treninga u judu (2P+2S)					
obveze studenata	Student je obavezan sudjelovati u istraživanjima antropoloških karakteristika judaša te pisati zadane seminarske radove na tu temu.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	17%	1	seminarski rad	33%	2
	kolokvij	8%	0.5	usmeni ispit	33%	1
	pismeni ispit	17%	1	ukupno	6.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Sertić, H., Segedi, I. (2013). Judo osnove. Zagreb: Gopal.2. Lucić, J., Gržeta, M. (2000). Judo u hrvatskoj vojsci. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske3. Lucić, J., Gržeta, M. (2006). Judo u hrvatskoj vojsci – knjiga druga. Zagreb: Ministarstvo obrane Republike Hrvatske					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Sertić, H., Segedi, I., Žvan, M. (2007). Relations of certain anthropometric variables with the performance quality of throwing techniques in judo. Kinesiology Slovenica, Vol 13 (1): 48-60.2. Sertić, H., Sterkowicz, S., Vuleta, D. (2009). Influence of latent motor abilities on performance in judo. Kinesiology, Vol. 41 (1): 76-87.3. Janković, V., Jukić, I., Marelić, N., Milanović, D., Neljak, B., Sertić, H., Šimenc, Z., Vuleta, D. (1997). Testiranje motoričkih sposobnosti vrhunskih sportaša. Zbornik radova međunarodnog savjetovanja „Dijagnostika u sportu“. 6. zagrebački sajam sporta 26. 02. - 01. 03. 1997. 157-169.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KINEZIOLOŠKA REKREACIJA – metodika kineziološke rekreacije u turizmu

(124035)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Drena Trkulja - Petković	
kancelarija		119	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu ponedjeljkom u 10 sati	
e-mail		drena.trkulja-petkovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658719	
vanjska suradnica		Valentina Novosel, prof.	
e-mail		vnovosel.sportzasve@gmail.com	
vanjski suradnik		Damir Mandić, prof.	
e-mail		dinamo_zgb@yahoo.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Kineziološke rekreacije	bodovna vrijednost	9.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	90 sati = 60P + 14S + 16V + samostalni zadaci + terenska nastava	očekivani broj studenata na predmetu	18
ciljevi predmeta	Osnovni cilj predmeta je dati studentima temeljna teorijska i praktična znanja iz Metodike kineziološke rekreacije u turizmu. Cilj predmeta je upoznati studente sa širokim spektrom različitih sportsko rekreacijskih aktivnosti, sadržaja i programa, načinima (metodikom) provedbe istih kako bi mogli samostalno planirati, programirati, kreirati i provoditi brojne sportsko rekreacijske programe.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Metodika kineziološke rekreacije u turizmu omogućuje studentima da stečena teorijska i metodička znanja primjene: <ul style="list-style-type: none">- u svim područjima kineziologije (rekreaciji, edukaciji, sportu i kineziterapiji) kao i u svakodnevnom životu,- u uspostavljanju suradnje sa stručnjacima drugih profila i kompetencija (liječnici, psiholozi, sociolozi, turistički djelatnici, ekonomisti, privatni poduzetnici),- u istraživanju potreba potencijalnih korisnika programa kao i potreba turističkih jedinica.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	<ul style="list-style-type: none">- usvojiti temeljna teorijska i praktična znanja za provedbu sportsko rekreacijskih programa u turizmu;- planirati, programirati i provoditi veliki broj različitih sadržaja i programa sportske rekreacije;- dijagnosticirati (inicijalno, tranzitivna i finalno) stanje korisnika programa kao osnove za odabir i provedbu sadržaja sportske rekreacije pogodnih za optimalizaciju antropološkog statusa;- kreirati nove sadržaje i programe sportske rekreacije.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka tema se izvodi 2 nastavna sata) <ol style="list-style-type: none">1. Definicija Metodike kineziološke rekreacije u turizmu, ciljevi i zadaće predmeta, sistematizacija sportsko-rekreacijskih programa i oblika aktivnosti u turističkoj ponudi		



2. Mjesto i uloga kineziološke rekreacije u suvremenom poimanju slobodnog vremena i putovanja (utjecaj industrijalizacije, urbanizacije i globalizacije na život suvremenog čovjeka – pozitivni i negativni čimbenici)
3. Industrija slobodnog vremena i položaj sporta, sportske rekreacije i turizma u njoj, „kružni tok“ obnove čovjeka u industrijskom društvu, kružni tok rasta, održivi razvitak
4. Definicije turizma i turista. Pregled povijesnog razvoja turizma i sporta (kao sociološki fenomeni 20. st. u svijetu i Hrvatskoj) te njihova međusobna povezanost.
5. Prednosti i nedostaci masovnog turizma sa stajališta turista, turističke destinacije i lokalnog stanovništva. Faktori turizma.
6. Pokretački faktori ili faktori potražnje. Objektivni faktori potražnje: stanovništvo, industrijalizacija, urbanizacija, slobodno vrijeme, financijska sredstva.
7. Subjektivni faktori potražnje i potreba uvođenja psiholoških pravaca u teorije turističke potražnje i potrošnje. Utjecaj mode, oponašanja, navika, vjere (religije), emocija, prestiža i snobizma na odabir određenog turističkog proizvoda.
8. Faktori ponude. Prirodni i društveni faktori atraktivnosti te mogućnosti njihove ekonomske valorizacije. Uloga i značaj faktora komunikativnosti.
9. Faktori receptivnosti. Direktni turističko-receptivni kapaciteti. Indirektni turističko-receptivni kapaciteti. Faktori receptivnosti u širem smislu.
10. Posrednički faktori. Turističke agencije i uredi.
11. Funkcije turizma: zdravstvena, rekreativno-zabavna, obrazovna, kulturna, politička, socijalna. Humanističke i ekonomske funkcije turizma i njihova polifunkcionalnost.
12. Suvremena koncepcija turističke ponude i selektivne vrste turizma. Uloga i značaj profiliranja turističke ponude.
13. Uloga sportske rekreacije u razvoju i podizanju kvalitete turističke ponude na moru, kopnu i planinskim područjima.
14. Klimatsko-geografski potencijali hrvatskog turizma i sportske rekreacije; Trendovi razvitka sportske rekreacije (sportsko-rekreacijskog turizma) u suvremenom turizmu.
15. Sadržaji sportske rekreacije u turizmu. Vrste sportsko rekreacijskih programa u turističkoj ponudi; Tranzitivni oblici aktivnosti, definicija i sistematizacija.
16. Metodički, organizacijski, materijalni i kadrovski aspekti primjene izleta i pohoda
17. Metodički, organizacijski, materijalni i kadrovski aspekti primjene tura i turnog kretanja
18. Metodički, organizacijski, materijalni i kadrovski aspekti primjene planinarskih oblika aktivnosti
19. Metodički, organizacijski, materijalni i kadrovski aspekti primjene usmjerenog kretanja sa zadacima
20. Stacionirani oblici aktivnosti, definicija i sistematizacija. Sportsko-rekreacijski i zdravstveno-preventivni programi.
21. Metodički, organizacijski, materijalni i kadrovski aspekti primjene vikend aktivnih odmora
22. Metodički, organizacijski, materijalni i kadrovski aspekti primjene godišnjih aktivnih odmora (ljeti/zimi)
23. Metodički, organizacijski, materijalni i kadrovski aspekti primjene programiranih aktivnih odmora
24. Metodički, organizacijski, materijalni i kadrovski aspekti primjene izbornih aktivnih odmora
25. Metodički, organizacijski, materijalni i kadrovski aspekti primjene medicinski programiranih aktivnih odmora



	<p>26. Metodički, organizacijski, materijalni i kadrovski aspekti primjene ciljanih i specijalnih medicinski programiranih aktivnih odmora</p> <p>27. Prijedlog mjera za unapređivanje sportsko-rekreacijske ponude u hrvatskom turizmu</p> <p>Teorijsko-praktična predavanja i vježbe</p> <ol style="list-style-type: none">1. Metodički, organizacijski, materijalni i kadrovski aspekti primjene atraktivnih sportsko rekreacijskih programa (alpinizam, rafting, kajaking, paint ball, team building) (2TPP+6V)2. Metodički, organizacijski, materijalni i kadrovski aspekti primjene nekih manje zastupljenih sportova (boćanje, kuglanje, bowling, soft ball, klizanje, indijaka, speedminton) te načini modificiranja istih (2TPP+6V)3. Metodički, organizacijski, materijalni i kadrovski aspekti primjene osnovnih sportsko-rekreacijskih sadržaja niskog intenziteta i starih sportova (2TPP+4V) <p>Seminari (svaka tema se izvodi 2 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Modeliranje sportsko-rekreacijskih programa primjenom cikličkih oblika aktivnosti2. Modeliranje sportsko-rekreacijskih programa primjenom sadržaja u/na vodi3. Modeliranje sportsko-rekreacijskih programa pogodnih za provedbu na neuređenim travnatim površinama4. Modeliranje sportsko-rekreacijskih programa pogodnih za provedbu u zimskim uvjetima s posebnim naglaskom na specifičnosti korisnika programa (djeca, mladi, odrasli, stariji, obitelji)5. Modeliranje komplementarnih programa – dopunskih6. Modeliranje komplementarnih programa – dodatnih7. Dijagnosticiranje i vrednovanje antropološkog statusa potencijalnih korisnika sportsko-rekreacijskih programa					
obveze studenata	Podmirivanje troškova terenske nastave (cca. 500 kn)					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	11%	1	kolokvij	22%	2
	praktični rad	12%	1	seminarski rad	11%	1
	usmeni ispit	44%	4	ukupno	9.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Andrijašević, M. (2010). Kineziološka rekreacija. Zagreb: Kineziološki fakultet sveučilišta u Zagrebu.2. Andrijašević, M., Jurakić, D. (ur) (2011). Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije - Sportska rekreacija u funkciji unapređenja zdravlja. Osijek: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Udruga kineziologa Grada Osijeka.3. Andrijašević, M. (ur.) (2009). Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije - Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i rekreacije. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Andrijašević, M. (ur.) (2008). Zbornik radova Međunarodne znanstveno-stručne konferencije – Kineziološka rekreacija i kvaliteta života. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.2. Trkulja Prtković, D. (2009). Aktivnim odmorom brže do oporavka organizma. Belupo glasilo, 128: 14-16.3. Širić, V., Trkulja Petković, D., Končarević, M. (2008). Sportsko-rekreacijski sadržaji na otvorenom u funkciji unapređenja turističke ponude Osječko-baranjske županije. u: Neljak, B. (ur.) Zbornik radova 17. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske.4. Vučić, D., Trkulja Petković, D. (2013). Implementacija sadržaja modula Kineziološka rekreacija: primjer iz prakse na Fakultetu organizacije i informatike. U: V. Findak (ur.),					



	Zbornik radova 22. Ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske „Organizacijski oblici rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“ (str. 385-392), Poreč: Hrvatski kineziološki savez.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



KINEZITERAPIJA – metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka III

(124036)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Lidija Petrinović	
kancelarija		115	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		lidija.petrinovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658715	
nastavnica		doc. dr. sc. Tatjana Trošt Bobić	
kancelarija		202	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tatjana.trost-bobic@kif.hr	
telefon		+38513658659	
vanjska suradnica		doc. dr. sc. Gordana Grozdek-Čovčić	
e-mail		gordana.grozdek-covcic@zvu.hr	
vanjski suradnik		dr. sc. Vangelis Chatzilelekas, prof.	
e-mail		chatzilelekas@gmail.com	
vanjska suradnica		dr. sc. Ljiljana Širić, prof. logopedije	
e-mail		ljsiric@gmail.com	
vanjski suradnik		Dario Maravić, mag. Cin.	
e-mail		dario713@gmail.com	
vanjska suradnica		Andrea Mohorović, mag. cin	
e-mail		andrea.mohorovic1@gmail.com	
vanjski suradnik		Sandro Venier, mag. cin	
e-mail		veniersandro@gmail.com	
vanjska suradnica		Maja Babić, dr. med.	
e-mail		maja.babic5@hotmail.com	
vanjska suradnica		Jadranka Brozd, dipl. fiziioth.	
e-mail		info@jadrankabrozd.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Kineziterapije	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S	očekivani broj studenata na predmetu	41
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za razumijevanje određenih bolesti i oštećenja te usvajanje metodičkih znanja potrebnih za planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Kroz stečena znanja studenti će biti osposobljeni za: - prepoznavanje određenih stanja i bolesti, - planiranje i programiranje kineziterapijskih postupaka, - primjenu kineziterapijskih postupaka u praksi.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U oblikovanju ishoda učenja studenti će moći definirati i analizirati: - različita stanja i slabosti pojedinih sustava, - značajke pojedine bolesti ili oštećenja,		



	<ul style="list-style-type: none">- dijagnostičke postupke kojima je za cilj definiranje stanja bolesti,- metodičke postupke unutar ciljanog kineziterapijskog programa,- način planiranja i programiranja ciljanih kineziterapijskih procedura.												
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata, osim tebe br. 1. koja se obrađuje 3 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Respiratorne bolesti2. Oštećenje sluha3. Oštećenje vida4. Osteoporoza5. Parkinsonova bolest6. Alzheimerova bolest7. Trudnoća <p>Seminari (svaka se tema obrađuje 2 nastavna sata, osim tebe br. 1. koja se obrađuje 3 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s respiratornim bolestima2. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s oštećenjem sluha3. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s oštećenjem vida4. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s osteoporozom5. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s Parkinsonovom bolešću6. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka za osobe s Alzheimerovom bolešću7. Metodika i programiranje kineziterapijskih postupaka trudnica												
obveze studenata													
praćenje rada studenata	<table border="1"><tr><td>seminarski rad</td><td>33%</td><td>1</td><td>usmeni ispit</td><td>67%</td><td>2</td></tr><tr><td colspan="4" style="text-align: right;">ukupno</td><td colspan="2" style="text-align: center;">3.0 ECTS</td></tr></table>	seminarski rad	33%	1	usmeni ispit	67%	2	ukupno				3.0 ECTS	
seminarski rad	33%	1	usmeni ispit	67%	2								
ukupno				3.0 ECTS									
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Filipović, V., Klaić, I. (2001). Važnost propriocepcije za normalnu funkciju ramena. u: Zbornik radova OTŠD Hrvatskog zbora fizioterapeuta, Zagreb.2. Kosinac, Z. (2002). Kineziterapija lokomotornog sustava. Split: Sveučilište u Splitu.												
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Trošt Bobić, T., Ciliga, D., Petrinović Zekan, L. (2009). Radiogoniometrija kao rekreacijska aktivnost za slijepo osobe. u: Andrijašević, M. (ur.), Zbornik radova međunarodne znanstveno-stručne konferencije „Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i sportske rekreacije“, Zagreb, 2009. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 345-351.2. Petrinović Zekan, L., Ciliga, D. (2008). Sportske aktivnosti za osobe s oštećenjem vida. u: Andrijašević, M. (ur.), Zbornik radova Međunarodnome znanstveno-stručne konferencije „Kineziološka rekreacija i kvaliteta života“, Zagreb, 2005. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 351-362.3. Trošt, T., Ciliga, D., Petrinović Zekan, L. (2007). Dobrobit redovitog bavljenja sportsko-rekreativnim aktivnostima u odrasla čovjeka. u: Findak, V. (ur.), Zbornik radova 16. ljetne škole kineziologija Republike Hrvatske „Antropološke, metodičke, metodološke i stručne pretpostavke rada u područjima edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije“, Poreč, 2007. Zagreb: Hrvatski Kineziološki savez, 540-546.4. Ciliga, D., Petrinović Zekan, L., Trošt, T. (2007). Boćanje kao rekreativna aktivnost za osobe s cerebralnom paralizom. u: Andrijašević, M. (ur.), Zbornik radova konferencije												



	<p>„Sport za sve u funkciji unapređenja kvalitete života“, Zagreb, 2007. Zagreb: Kineziološki fakultet, 105-112.</p> <p>5. Ciliga, D., Andrijašević, M., Petrinović Zekan, L. (2006). Novi pristup u primjeni kineziterapijskog programa za osobe s cerebralnom paralizom. <i>Odgojne znanosti</i>, 8(2), 497-513.</p>
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



KINEZITERAPIJA – odabrana poglavlja interne medicine (124041)

nositeljica predmeta		prof. dr. sc. Marjeta Mišigoj-Duraković	
kancelarija		183	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		marjeta.misigoj-durakovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658613	
vanjski suradnik		izv. prof. dr. Zdravko Babić	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		zbabic@net.hr	
vanjski suradnik		prof. dr. Zijad Duraković	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		dr.zijad.durakovic@gmail.com	
vanjska suradnica		doc. dr. sc. Maja Cigrovski Berković	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		maja.cigrovskiberkovic@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Kineziterapije	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	41
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je stjecanje temeljnih spoznaja o kroničnim metaboličkim bolestima i bolestima kardiovaskularnog sustava koje su za studente nužne za planiranje, provođenje i evaluiranje kineziterapijskih postupaka.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Očekivani ishodi na razini programa izbornog modula Kineziterapija stjecanje temeljnih spoznaja o kroničnim srčano-žilnim bolestima i nekim bolestima metabolizma učenja su: - stjecanje kompetencije za izradu i provođenje kineziterapijskih programa za osobe različite životne dobi s jednom ili više kroničnih metaboličkih bolesti i/ili bolesti kardiovaskularnog sustava, - primijena znanja za izradu zdravstvenog i funkcionalnog statusa primjerenih programa vježbanja glede oblika, trajanja, učestalosti i intenziteta u osoba smanjenih funkcionalnih sposobnosti, - stjecanje kompetencije vrednovanja učinaka provedenih prilagođenih programa vježbanja s obzirom na funkcionalni i zdravstveni status osoba.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - razumjeti patofiziološke mehanizme u razvoju kroničnih srčano-žilnih i nekih metaboličkih bolesti, - razumjeti važnost i ulogu prilagođene tjelesne aktivnosti u osoba s kroničnim kardiovaskularnim i metaboličkim bolestima, - primijeniti primjerene programe vježbanja ovisno o obliku, trajanju, učestalosti i intenziteta s obzirom na individualno zdravstveno stanje i funkcionalnu sposobnost, - provoditi za zdravlje sigurne programe prilagođenog vježbanja kod osoba starije životne dobi i osoba smanjene funkcionalne sposobnosti, - surađivati s liječnicima i drugim stručnjacima u rehabilitacijskim postupcima, - u suradnji s liječnicima evaluirati učinke provedenih kineziterapijskih programa.		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari (svaka se tema obrađuje 2P+2S)					
	<ol style="list-style-type: none">1. Uvod, zdravstvena djelatnost, medicina, područje interne medicine; zdravlje, bolest, međunarodna klasifikacija bolesti,2. Simptomi i znaci bolesti, sindrom; dijagnostički postupak i metode, radna i potvrđena dijagnoza, prirodni tijek bolesti, terapijski postupci3. Incidencija, prevalencija, morbiditet, mortalitet, letalitet, primarna i sekundarna prevencija kroničnih bolesti4. Čimbenici rizika za razvoj kardiovaskularnih i metaboličkih bolesti i njihova prevalencija u populaciji5. Pretilost6. Ateroskleroza7. Šećerna bolest8. Osteoporoza9. Arterijska hipertenzija10. Koronarna bolest srca11. Metabolički sindrom12. Kronična opstruktivna bolest pluća i astma13. Specifični ciljevi tjelovježbe i biološki mehanizmi utjecaja tjelesnog vježbanja na očuvanje zdravlja, primarnu i sekundarnu prevenciju, liječenju i rehabilitaciji kroničnih bolesti, u prevenciji, liječenju i rehabilitaciji kardiovaskularnih bolesti14. Zdravstvene preporuke za programiranje vježbanja; kontraindikacije i indikacije za ograničenje vježbanja15. Rizici i moguće kardiovaskularne komplikacije tijekom tjelovježbe					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave te aktivan i konkretan rad na nastavi, rad u grupi te samostalan rad pri rješavanju individualnih zadataka.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	33%	1	seminarski rad	34%	1
	pismeni ispit	33%	1	ukupno	3.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Mišigoj-Duraković, M i sur. (2018). Tjelesno vježbanje i zdravlje. Zagreb: Znanje d.o.o. – odabrana poglavlja					
dopunska literatura	1. Babić, Z., Pintarić, H., Mišigoj-Duraković, M., Miličić, D. (2018). Sportska kardiologija. Zagreb: Medicinska naklada. – odabrana poglavlja					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KINEZITERAPIJA – odabrana poglavlja neurologije (124040)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Iris Zavoreo, dr. med. spec. neurol.	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		iris_zavoreo@yahoo.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Kineziterapije	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15S	očekivani broj studenata na predmetu	41
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za razumijevanje osnovne građe i funkcije središnjeg i perifernog živčanog sustava te najčešćih neuroloških bolesti, njihovim kliničkim manifestacijama i posljedicama. Usvajanje metodičkih i teorijskih znanja individualnog pristupa neurološkom bolesniku, ali i zdravim pojedincima u različitim dobnim skupina. Osposobljavanje za samostalno planiranje metodičkih postupaka kao i kondicijskih i motoričkih treninga u neuroloških bolesnika u različitim etapama bolesti kao i u zdravim pojedinaca različitim dobnim skupina.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Neurologija omogućuje studentima znanja o građi i funkciji središnjeg i perifernog živčanog sustava koja će im biti od velike koristi u svakodnevnom pristupu skupinama zdravih pojedinaca kao i pojedincima s neurološkim bolestima: <ul style="list-style-type: none">- identificirati i analizirati pojedine anatomske sastavnice središnjeg i perifernog živčanog sustava,- usvojiti saznanja o fiziologiji i patofiziologiji središnjeg i perifernog živčanog sustava (najčešće neurološke bolesti),- primijeniti stečena znanja u planiranju individualnog pristupa zdravom pojedincu ili osobi s nekim od neuroloških poremećaja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	U oblikovanju ishoda učenja Neurologije, polazeći od jasno utvrđenih zadataka ovog nastavnog predmeta, studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- identificirati i analizirati povezanost anatomske građe i funkcije zdravog i bolesnog središnjeg i perifernog živčanog sustava te u pojedinim dobnim skupinama, uspoređujući normalni proces starenja i posljedične strukturalne i funkcijske promjene s patološkim ispadima funkcije;- usvojiti osnovna saznanja o mjerenju osnovnih antropoloških parametara u neurologiji koji nam daju informaciju o funkcionalnom stanju središnjeg i perifernog živčanog sustava;- usvojiti osnovna znanja o mogućnostima dijagnostičkih metoda koje se koriste u diferencijalnoj dijagnostici različitih neuroloških poremećaja;- planirati i programirati individualni pristup pojedincu ovisno o funkcionalnom stanju njegovog središnjeg i perifernog živčanog sustava, a poseban pristup kod planiranja kondicijskih i motoričkih treninga u pojedinim neurološkim bolestima.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka tema se izvodi 1 nastavni sat) <ol style="list-style-type: none">1. Anatomija središnjeg živčanog sustava2. Anatomija perifernog živčanog sustava3. Fiziologija središnjeg živčanog sustava4. Fiziologija perifernog živčanog sustava		



	<ol style="list-style-type: none">5. Dijagnostičke metode u neurologiji6. Klinički pregled i anamneza u neurologiji7. Cerebrovaskularne bolesti8. Spaciokompresivni intrakranijski i spinalni procesi9. Epilepsija10. Upalne bolesti središnjeg i perifernog živčanog sustava11. Multipla skleroza12. Neurodegenerativne bolesti13. Neuromuskularne bolesti14. Traumatologija središnjeg i perifernog živčanog sustava15. Najčešći bolni sindromi <p>Seminari (svaka tema se izvodi 2 nastavna sata, osim teme 4 koja se izvodi 1 sat):</p> <ol style="list-style-type: none">1. Anamneza u neurologiji2. Klinički pregled u neurologiji3. Mogućnosti primjene standardiziranih testova i tablica u evaluaciji pojedinog poremećaja (skale za procjenu motoričkih i svakodnevne aktivnosti, skale depresije, skale za primjenu kognitivnih funkcija)4. Primjena biokemijskih, elektrofizioloških, ultrazvučnih i ostalih metoda slikovnog prikaza u praćenju različitih stadija neuroloških bolesti5. Akutno liječenje neuroloških bolesti6. Metode ranog prepoznavanja i prevencije neuroloških bolesti7. Liječenje bolnih sindroma-neurološki pristup8. Nove metode u neurorehabilitaciji				
obveze studenata	Student je obavezan redovito pohađati nastavu te aktivno sudjelovati u seminarskom radu i interaktivnim sadržajima.				
praćenje rada studenata	usmeni ispit	100%	3	ukupno	3.0 ECTS
obvezna literatura	1. Demarin, V., Trkanjec, Z. (2008). Neurologija za stomatologe, Zagreb: Medicinska naklada. 2. Grbavac, Ž. (1997). Neurologija, Samobor: Antun Gustav Matoš.				
dopunska literatura	Brinar, V. (2009). Neurologija za medicinare, Zagreb: Medicinska naklada.				
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.				



KPS – kontrola treniranosti (124032)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Igor Jukić	
kancelarija		124	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		igor.jukic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658724	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položeni obvezni predmeti Osnovnih kinezioloških transformacija 1 i 2 s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4)	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + laboratorij / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V + laboratorij	očekivani broj studenata na predmetu	34
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je studentima omogućiti stjecanje znanja o postupcima mjerenja, vrednovanja i praćenja kondicijske pripremljenosti sportaša.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">• primijeniti dijagnostičke postupke za procjenu kondicijske pripremljenosti sportaša,• vrednovati i primijeniti rezultate dijagnostičkih postupaka u izradi plana i programa kondicijske pripreme sportaša.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">• izabrati primjerene dijagnostičke postupke za procjenu kondicijske pripremljenosti sportaša,• vrednovati rezultate testiranja u odnosu na sport, spol, dobnu kategoriju, razinu pripremljenosti i trenaznu povijest sportaša,• razumjeti posebnosti periodičkog i akutnog praćenja kondicijske pripremljenosti sportaša,• ugraditi rezultate dijagnostičkih postupaka u plan i program kondicijske pripreme sportaša.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe <ol style="list-style-type: none">1. Mjerenje i vrednovanje antropometrijskih karakteristika, funkcionalnih sposobnosti, biokemijskih varijabli, motoričkih sposobnosti (1P+1V)2. Primjena provjerenih i konstrukcija novih mjernih instrumenata za procjenu obilježja koja određuju kondicijsku pripremljenost (1P+1V)3. Utvrđivanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja kondicijske pripremljenosti sportaša (1P+1V)4. Utvrđivanje modelnih karakteristika sportaša (1P+1V)5. Usporedba testovnih rezultata konkretnog sportaša s modelnim karakteristikama za različitu dob, spol i razinu treniranosti (1P+1V)6. Iskorištavanje rezultata dobivenih testiranjem u programiranju i kontroli kondicijskog treninga (2P+2V)7. Prognoziranje tranzitivnih i finalnog stanja kondicijske pripremljenosti sportaša (2P+2V)8. Evidentiranje parametara treninga (2P+2V)9. Kontrola kondicijske pripremljenosti praćenjem parametara situacijske učinkovitosti sportaša (2P+2V)10. Nova tehnološke i znanstvene spoznaje iz područja kontrole kondicijske pripremljenosti sportaša (2P+2V)		



obveze studenata					
praćenje rada studenata	usmeni ispit	100%	3	ukupno	3.0 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Bok, D. (2019). Kontrola opterećenja u sportu: osnovne postavke i suvremeni trendovi. 17th International Conference "Physical Conditioning of Athletes 2019" Zagreb, 22rd & 23th February 2019. pp. 1-15.2. Jukic, I., Milanovic, L., Svilar, L., Njaradi, N., Calleja, J., Castellano, J., Ostojic, S. (2018). Sport preparation system in team sports: synergy of evidence, practical experience and artistic expression. 16th International Conference "Physical Conditioning of Athletes 2018" Zagreb, 23rd & 24th February 2018. pp. 15-24.3. Jukic, I., Milanovic, L., Krakan, I., Njaradi, N., Calleja, J., Ostojic, S., Cuzzolin, F., Tomljanovic, M., Stojanovic., Hadzichristos, K., Cos, F. (2019). Performance specialist: a new job of renaissance experts in team sports. 17th International Conference "Physical Conditioning of Athletes 2019" Zagreb, 22rd & 23th February 2019. pp. 1-15.				
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Bourdon, P.C., Cardinale, M., Murray, A., Gatin, P., Kellmann, M., Varley, Tim J. Gabbett, M.C., Coutts, A.J., Burgess, D.J., Gregson, W., Cable, N.T. (2017). Monitoring Athlete Training Loads: Consensus Statement. <i>International Journal of Sports Physiology and Performance</i>, 2017, 12, S2-161-S2-170 https://doi.org/10.1123/IJSPP.2017-02082. Gabbett T.J. (2018.). Debunking the myths about training load, injury and performance: empirical evidence, hot topics and recommendations for practitioners. <i>Br J Sports Med</i> 2018;0:1–9. doi:10.1136/bjsports-2018-099784.3. Halson, S. (2014). Monitoring Training Load to Understand Fatigue in Athletes. <i>Sports Med</i>, DOI 10.1007/s40279-014-0253-z				
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.				



KPS – programiranje kondicijske pripreme (124030)

nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Cvita Gregov	
kancelarija		42	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		cvita.gregov@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658642	
vanjski suradnik		Marin Mandarić , mag.cin.	
e-mail		marin.mandarić94@gmail.com	
vanjski suradnik		Ivan Jukić , mag.cin.	
e-mail		jukazy@gmail.com	
vanjski suradnik		Mladen Jovanović , prof.	
e-mail		coach.mladen.jovanovic@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položeni obvezni predmeti Osnovnih kinezioloških transformacija 1 i 2 s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4)	bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlinu i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 15S + 15V	očekivani broj studenata na predmetu	34
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je studentima omogućiti stjecanje znanja o planiranju i programiranju kondicijske pripreme u različitim sportovima, dobnim kategorijama, spolu i razini treniranosti sportaša.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- integrirati metodička znanja u planiranju i programiranju različitih ciklusa kondicijske pripreme,- integrirati kondicijsku pripremu u globalni plan sportske pripreme u različitim ciklusima sportske pripreme.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: <ul style="list-style-type: none">- u okviru planiranja odrediti ciljeve i zadaće kondicijske pripreme, vremenske okvire te potrebne kadrovske i materijalne uvjete kondicijske pripreme,- temeljem parametara plana odrediti sadržaje, metode, methodske forme, opterećenja, opremu i lokalitete kao temeljne pretpostavke izrade programa kondicijskog treninga,- razumjeti posebnosti planiranja i programiranja kondicijske pripreme mlađih dobnih skupina i drugih posebnih populacija,- izraditi program kondicijskog treninga za različite sportove, dobne kategorije i cikluse sportske pripreme.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja, seminari i vježbe (svaka se tema obrađuje 2P+1S+1V) <ol style="list-style-type: none">1. Različiti pristupi u planiranju i programiranju kondicijske pripreme2. Zakonitosti upravljanja procesom kondicijske pripreme u različitim ciklusnim strukturama2. Planiranje i programiranje kondicijske pripreme sportaša u dugoročnim i srednjoročnim razdobljima (sportska karijera, dvoolimpijski ciklus, olimpijski ciklus, dvogodišnji ciklus)3. Planiranje i programiranje kondicijske pripreme sportaša u godišnjim i polugodišnjim ciklusima, periodima i fazama te u mikrociklusu, trenažnom danu i pojedinačnom treningu		



	<ol style="list-style-type: none">4. Usklađivanje razine kondicijske pripremljenosti s drugim segmentima sportske pripremljenosti5. Periodizacijske strategije u kondicijskoj pripremi6. Modeliranje ciklusa kondicijske pripreme7. Tapering u kondicijskoj pripremi8. Vrednovanje efekata kondicijske pripreme u različitim ciklusnim strukturama9. Modeliranje i vrednovanje programa za razvoj i održavanje motoričkih sposobnosti u različitim ciklusima kondicijske pripreme10. Modeliranje i vrednovanje programa za razvoj i održavanje funkcionalnih sposobnosti u različitim ciklusima kondicijske pripreme11. Modeliranje i vrednovanje programa za razvoj i održavanje morfoloških karakteristika u različitim ciklusima kondicijske pripreme12. Modeliranje i vrednovanje programa za prevenciju sportskih ozljeda13. Specifičnosti planiranja i programiranja kondicijskog treninga u mlađim dobnim kategorijama14. Specifičnosti planiranja i programiranja kondicijskog treninga posebnih populacija					
obveze studenata	Pohađanje i aktivno sudjelovanje na nastavi.					
praćenje rada studenata	seminarski rad	42%	2.5	usmeni ispit	58%	3.5
	ukupno					6.0 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. National Strength and Conditioning Association (2016). Essentials of Strength Training and Conditioning (4. izd.). Haff, G. G. i N. T. Triplett (ur.). Champaign, IL: Human Kinetics.2. Bompa, T. O. & G. G. Haff (2009). Periodization - Theory and Methodology of Training (5. izd.). Champaign, Ill: Human Kinetics.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Mujika, I. (2009). Tapering and Peaking for Optimal Performance. Champaign, IL: Human Kinetics.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



KOŠARKA – kontrola treniranosti u košarci (123999)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Damir Knjaz	
kancelarija		154	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		damir.knjaz@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658754	
nastavnik		prof. dr. sc. Bojan Matković	
kancelarija		153	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		bojan.matkovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658753	
nastavnik		doc. dr. sc. Tomislav Rupčić	
kancelarija		156	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658756	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Košarka s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Studenti tijekom nastave iz predmeta Kontrola treniranosti u košarci stječu teorijska i praktična znanja o kontroli i evaluaciji procesa poučavanja i treninga u košarci.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će tijekom predmeta Kontrola treniranosti u košarci steći osnovne spoznaje koje im omogućavaju uspješnu evaluaciju i kontrolu trenažnog procesa kod košarkaša. Studenti će steći teorijska i praktična znanja o načinima i procesima dijagnosticiranja treniranosti košarkaša različite dobi i kvalitete. Isto tako, ovim predmetom studenti dobivaju znanja koja im omogućavaju kritički pristup i vrednovanje pojedinih metoda kontrole i dijagnostike treniranosti u košarci.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: <ul style="list-style-type: none">- definirati i objasniti sustav dijagnostike u košarci,- samostalno utvrđivati inicijalna, tranzitivna i finalna stanja treniranosti košarkaša primjenom adekvatnim metrijskih instrumenata,- izvršiti procjenu natjecateljske učinkovitosti (parametri aktivnosti u igri, registracija i vrednovanje prikupljenih podataka na utakmici),- objasniti važnost dijagnostičkih postupaka u procijeni pripremljenosti košarkaša,- opisati osnovne značajke pojedinih vrsta dijagnostike treniranosti košarkaša,- objasniti mogućnosti primjene rezultata testiranja u planiranju i programiranju treninga košarkaša,- izvršiti prikupljanje podataka o igri protivnika,- programirati treninge u mikrociklusu na temelju analize stanja treniranosti vlastite ekipe i analize igre sljedećeg protivnika.		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe					
	1. Dijagnostika stanja treniranosti i sportske forme (2P)					
	2. Utvrđivanje inicijalnog, tranzicijskih i finalnih stanja treniranosti. Postupci testiranja. (1P)					
	3. Konstrukcija, izbor i analiza mjernih instrumenata za procjenu morfoloških karakteristika, bazičnih i specifičnih motoričkih sposobnosti, stupanj usvojenosti tehničko-taktičkih znanja, bazičnih i specifičnih funkcionalnih sposobnosti, kognitivnih sposobnosti, konativnih osobina i mikrosocijalnih odnosa (2P)					
	4. Evaluacija usvojenosti TE-TA elemenata u košarci (5V)					
	5. Morfološka dijagnostika u košarci (2V)					
	6. Funkcionalna dijagnostika u košarci (2V)					
	7. Biomehanička dijagnostika u košarci (2V)					
	8. Dijagnostika motoričkih sposobnosti košarkaša (4V)					
	9. Psihosociološka dijagnostika u košarci (1P)					
	10. Faze dijagnostičkog postupka (1P)					
	11. Modelne karakteristike vrhunskih košarkaša (1P)					
	12. Procjena natjecateljske učinkovitosti: parametri aktivnosti u igri, registracija i vrednovanje prikupljenih podataka na utakmici (1P)					
	13. Primjena audio-vizualnih pomagala: korištenje podataka dobivenih primjenom AV pomagala, prikupljanje i korištenje podataka u procesu treninga i na utakmicama, prikupljanje podataka o igri protivnika (2P)					
	14. Subjektivna procjena u procesu selekcije i u analizi efekata treninga i utakmica (1P)					
	15. Programiranje treninga u mikrociklusu na temelju analize stanja treniranosti vlastite ekipe i analize igre sljedećeg protivnika (2P)					
16. Priprema trenera za vođenje ekipe na utakmici za određenog protivnika (1P)						
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	17%	0.5	kolokvij	17%	0.5
	praktični rad	33%	1	usmeni ispit	33%	1
	ukupno				3.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Matković i sur. (2010). Antropološka analiza košarkaške igre. Sveučilišni udžbenik. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Tocigl, I. (1998). Košarkaški udžbenik. Split. Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i odgojnih područja Sveučilišta u Splitu, Zavod za fizičku kulturu. 3. Tocigl, I. (1984). Košarka. Split: Sveučilište u Splitu.					
dopunska literatura	1. Wissel, H. (1994). Basketball: Steps to Success. Champaign: Human Kinetics. 2. Knjaz, D., Matković, B., Matković, B.R. (2002). Individualni rad u mini košarci. u: Milanović, D., Heimer, S., Jukić, I., Kulier, I., Matković, B. (ur.), Zbornik radova Znanstveno-stručnog skupa „Dopunski sadržaji sportske pripreme“, u sklopu 11. zagrebačkog sajma sporta i nautike, Zagreb, 22. i 23. veljače 2002. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački športski savez, 54-56. 3. Peršić, D., Knjaz, D., Matković, B.(2005). Dijagnostika u procesu selekcije kod najmlađih košarkaša. ERS – Informativno stručno glasilo Udruge kineziologa Grada Rijeke, 30, 20-23. 4. Rupčić, T., Knjaz, D., Matković, B. (2010). Utjecaj specifičnog košarkaškog programa na razvoj bazične brzine pokreta ekstremiteta. u: Jukić, I., Gregov, C., Šalaj, S., Milanović, L., Trošt-Bobić, T. (ur). Zbornik radova 8. godišnje međunarodne konferencije					



	<p>„Kondicijska priprema sportaša 2010. – Training brzine, agilnosti i eksplozivnosti“ Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 416-419.</p> <p>5. Matković, B., Matković, B.R., Knjaz, D., Krističević, T., Blašković, M. (1999). Morfološke karakteristike košarkaša juniora. Kineziologija za 21. stoljeće. Zbornik radova. Dubrovnik, 412-415.</p>
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



KOŠARKA – programiranje treninga u košarci (123998)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Damir Knjaz	
kancelarija		154	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		damir.knjaz@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658754	
nastavnik		prof. dr. sc. Bojan Matković	
kancelarija		153	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		bojan.matkovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658753	
nastavnik		doc. dr. sc. Tomislav Rupčić	
kancelarija		156	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomislav.rupcic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658756	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Košarka s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30S	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Student stječe visoku razinu znanja koja mu omogućava izradu, provedbu i moguću, potrebnu korekciju plana i programa treninga u košarci. Student će biti osposobljen izraditi plan i program trenažnog procesa košarkaša od rekreacijske razine do vrhunskog natjecateljskog stupnja.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći osnovna znanja o načinima izrade različitih planova i programa za košarkaše različite dobi i kvalitete. Isto tako, ovim predmetom studenti dobivaju znanja koja im omogućavaju kritički pristup i vrednovanje pojedinih planova i programa s obzirom s obzirom na dob i kvalitetu košarkaša.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: <ul style="list-style-type: none">- objasniti periodizaciju treninga košarkaša,- definirati i objasniti različite vrste planiranja i programiranja treninga košarkaša ,- samostalno izraditi i obrazložiti konkretan primjer plana i programa godišnjeg ciklusa treninga sa svim elementima- -izraditi plan i program rada s djecom od 7 do 10 godina, 10 do 12, 12 do 14 godina, kadeta i kadetkinja (14 - 16 godina), juniora i juniorki (16 - 18 godina) te seniora i seniorki.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari <ol style="list-style-type: none">1. Planiranje i programiranje treninga košarkaša (2P)2. Periodizacija sportske pripreme košarkaša (2P)3. Vrste planiranja i programiranja treninga košarkaša (2P)4. Metode planiranja i programiranja treninga košarkaša (2P)		



	<ol style="list-style-type: none">5. Dugoročno planiranje i programiranje treninga košarkaša (2P)6. Srednjoročno planiranje i programiranje treninga košarkaša (2P)7. Kratkoročno planiranje i programiranje treninga košarkaša (2P)8. Koncept plana i programa pripremnog, natjecateljskog i prijelaznog perioda treninga kod košarkaša (2P)9. Tekuće planiranje i programiranje treninga košarkaša (2P)10. Periodi i faze pripremnog razdoblja u treningu košarkaša (2P)11. Dinamika opterećenja u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom razdoblju u treningu košarkaša (2P)12. Operativno planiranje i programiranje treninga košarkaša (2P)13. Planiranje i programiranje treninga košarkaša u mikrociklusu (2P)14. Planiranje i programiranje trenažnog dana (2P)15. Planiranje i programiranje pojedinačnog treninga (2P)16. Samostalna izrada plana i programa treninga za košarkaše u olimpijskom ciklusu (2S)17. Samostalna izrada plana i programa treninga za košarkaše u dvogodišnjem ciklusu (2S)18. Samostalna izrada godišnjeg plana i programa treninga za školu košarke (2S)19. Samostalna izrada godišnjeg plana i programa treninga za mlađe kadete (2S)20. Samostalna izrada godišnjeg plana i programa treninga za juniore (2S)21. Samostalna izrada godišnjeg plana i programa treninga za seniore (2S)22. Samostalna izrada plana i programa treninga košarkaša u mezocikusima – pripremni period (2S)23. Samostalna izrada plana i programa treninga košarkaša u mezocikusima – natjecateljski period (2S)24. Samostalna izrada plana i programa treninga košarkaša u mezocikusima – prijelazni period (2S)25. Samostalna izrada plana i programa treninga košarkaša u mezocikusima – faze (4S)26. Samostalna izrada plana i programa treninga košarkaša u mikrociklusu (4S)27. Samostalna izrada plana i programa jednog trenažnog dana kod košarkaša (2S)28. Samostalna izrada plana i programa pojedinačnog treninga košarkaša (2S)					
obveze studenata						
praćenje rada studenata	pismeni ispit	33%	2	seminarski rad	33%	2
	usmeni ispit	34%	2	ukupno	6.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Tocigl, I. (1998). Košarkaški udžbenik. Split: Fakultet prirodoslovno-matematičkih znanosti i odgojnih područja Sveučilišta u Splitu, Zavod za fizičku kulturu.2. Tocigl, I. (1984). Košarka. Split: Sveučilište u Splitu.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Knjaz, D., Matković, B., Rupčić, T. (2008). Osvrt na razvoj jakosti košarkaša kroz senzitivna razdoblja. u: Jukić, I., Milanović, D., Gregov, C. (ur.). 6. godišnja međunarodna konferencija Kondicijska priprema sportaša 2008. „Trening snage“: Zbornik radova. Zagreb: Kineziološki fakultet, Udruga kondicijskih trenera Hrvatske, 315-318.2. Pavlović, D., Knjaz, D., Krtalić, S. (2008). Prilog programiranju treninga eksplozivne snage beka šutera kroz natjecateljski period u košarci. 6. godišnja međunarodna konferencija Kondicijska priprema sportaša 2008. „Trening snage“. Zbornik radova. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, 290-293.3. Rupčić, T., Knjaz, D., Matković, B. (2010). Utjecaj specifičnog košarkaškog programa na razvoj bazične brzine pokreta ekstremiteta. u: Jukić, I., Gregov, C., Šalaj, S., Milanović, L., Trošt-Bobić, T. (ur.). Zbornik radova 8. godišnje međunarodne konferencije					



	<p>„Kondicijska priprema sportaša 2010. – Training brzine, agilnosti i eksplozivnosti“ Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 416-419.</p> <p>4. Trninić, S. (2006). Selekcija, priprema i vođenje košarkaša i momčadi. Zagreb: Vikta-Marko d.o.o.</p>
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



NOGOMET – kontrola treniranosti u nogometu (124001)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Valentin Barišić	
kancelarija		157	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		valentin.barisic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658757	
poslijedoktoradica		dr. sc. Tihana Nemčić	
kancelarija		70	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tihana.nemcic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658670	
asistent		Ivan Mikulić, mag.cin.	
kancelarija		70	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ivan.mikulic@kif.unizg.hr	
telefon		+385136583670	
vanjski suradnik		Mihael Mindek, mag.cin.	
e-mail		mihael.mindek@gmail.com	
vanjski suradnik		Marko Matušinskij	
e-mail		m.matusinskij@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Nogomet s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + terenska nastava / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V	očekivani broj studenata na predmetu	19
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s mehanizmima kontrole treniranosti nogometaša s aspekta provođenja dijagnostičkih postupaka te valorizacije i vrednovanja dobivenih rezultata.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Student stječe visoku razinu znanja koja mu omogućuje provođenje najsloženijih poslova u području izabranog sporta (nogometa) na svim razinama. Stječe spoznaje o rezultatima znanstvenih istraživanja o kontroli procesa treninga. Osposobljen je da usvojeno znanje i vještine primijenjuje svakodnevno u svim oblicima praktičnog djelovanja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti sposobni: razumjeti poziciju nogometne igre u različitim klasifikacijama sportova, demonstrirati praktično i verbalno osnovna znanja o nogometnoj tehnici, osnovama taktike, identificirati utjecaje i doprinose pojedinih motoričkih znanja i sposobnosti situacijskoj učinkovitosti u nogometnoj igri ili odsječcima igre s jedne strane te ukupnom djelovanju na antropološki status s druge.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe 1. Struktura treniranosti nogometaša različite dobi i kvalitete (2P+2V) 2. Izbor i metrijske karakteristike mjernih instrumenata za procjenu stanja treniranosti (2P+2V) 3. Bazični i specifični testovi za procjenu funkcionalnih i motoričkih sposobnosti (2P+2V)		



	4. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnog i finalnog stanja treniranosti i sportske forme (2P+2V)					
	5. Mjerenje i vrednovanje razine tehničko-taktičkih znanja (2P+2V)					
	6. Primjena rezultata testiranja dijagnostičkih postupaka u programiranju treninga (2P+2V)					
	7. Kontrola efekata treninga u višegodišnjoj pripremi nogometaša (2P+2V)					
	8. Značaj i uloga funkcionalne procjene sposobnosti nogometaša u prevenciji ozljeda i kreiranju individualnog dopunskog treninga (1P+1V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	34%	1	seminarski rad	33%	1
	usmeni ispit	33%	1	ukupno	3.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Dujmović, P. (1997). Fizička priprema nogometaša. Zagreb: Zagrebački nogometni savez - zbor trenera. 2. Weineck, E. J. (1992). Optimales Fussballtraining (prijevod na Hrvatski jezik). Zagreb: Kineziološki fakultet. 3. Marković, G., Bradić, A. (2008). Nogomet - integralni kondicijski trening. Zagreb: Grafički zavod Hrvatske. 4. Milanović, D. (2010). Teorija i metodika treninga. Primjenjena kineziologija u sportu. 2. dopunjeno i izmjenjeno izdanje. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
dopunska literatura	1. Metikoš, D., Prot, F., Hofman, E., Pintar, T. i Oreb, G. (1989). Mjerenje bazičnih motoričkih dimenzija sportaša. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



NOGOMET – programiranje treninga u nogometu (124000)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Valentin Barišić	
kancelarija		157	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		valentin.barisic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658757	
poslijedoktoradica		dr. sc. Tihana Nemčić	
kancelarija		70	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tihana.nemcic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658670	
asistent		Ivan Mikulić, mag.cin.	
kancelarija		70	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		ivan.mikulic@kif.unizg.hr	
telefon		+385136583670	
vanjski suradnik		Mihael Mindek, mag.cin.	
e-mail		mihael.mindek@gmail.com	
vanjski suradnik		Marko Matusinski	
e-mail		m.matusinskij@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Nogomet s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30S	očekivani broj studenata na predmetu	19
ciljevi predmeta	Cilj predmeta je upoznati studente s dugoročnim, srednjoročnim, kratkoročnim, tekućim i operativnim planiranjem i programiranjem u nogometu.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Student stječe visoku razinu znanja koja mu omogućuje provođenje najsloženijih poslova u području izabranog sporta (nogomet) na svim razinama. Stječe spoznaje o rezultatima znanstvenih istraživanja o zakonitostima programiranja i procesa treninga u nogometu. Osposobljen je da usvojeno znanje i vještine primijenjuje svakodnevno u svim oblicima praktičnog djelovanja.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: razumjeti poziciju nogometne igre u različitim klasifikacijama sportova, demonstrirati praktično i verbalno osnovna znanja o nogometnoj tehnici, osnovama taktike, identificirati utjecaje i doprinose pojedinih motoričkih znanja i sposobnosti situacijskoj učinkovitosti u nogometnoj igri ili odsječcima igre s jedne strane te ukupnom djelovanju na antropološki status s druge.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari (svaka se tema obrađuje 2P+2S) 1. Dugoročno i kratkoročno planiranje i programiranje treninga u nogometu 2. Višegodišnja i jednogodišnja periodizacija treninga 3. Kalendar natjecanja u nogometu (jednociklusna i dvociklusna periodizacija godišnjeg ciklusa treninga)		



	4. Razvojne faze sportske forme u godišnjem ciklusu 5. Struktura plana i programa treninga u nogometu: godišnji ciklus treninga (pripremni, natjecateljski i prijelazni period), pripremni period (faze bazične i specifične pripreme te prednatjecateljska faza) 6. Planiranje i programiranje nogometnog treninga u mikrociklusu, trenažnom danu i pojedinačnom treningu 7. Vježbe u planiranju i programiranju treninga 8. Izrada planova i programa treninga nogometaša u pojedinim ciklusima sportske pripreme 9. Planiranje i programiranje ciklusa za turnirski sustav natjecanja 10. Vođenje dnevnika rada (evidencija i analiza trenažnog procesa) 11. Primjena rezultata istraživanja o efektima programiranog treninga u nogometu 12. Individualno modeliranje nogometnog treninga 13. Operativni program rada u natjecateljskom periodu 14. Operativni program rada u prijelaznom periodu 15. Godišnji ciklus treninga i natjecanja u malom nogometu (Futsal)					
obveze studenata	redovito pohađanje nastave, aktivno sudjelovanje					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	8%	0.5	seminarski rad	42%	2.5
	usmeni ispit	50%	3	ukupno	6.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Bompá, T. O. (2001). Periodizacija: teorija i metodologija treninga. Zagreb: Kineziološki fakultet. 2. Gabrijelić, M. (1984). Osnove teorije i metodike treninga nogometaša. (Skripta). FFK. Zagreb. 3. Jozak, R. i Kepčija, I. (2017). Razvojni program. Zagreb: Vivid & Shine j.d.o.o. 4. Milanović, D. (2010). Teorija i metodika treninga. Primjenjena kineziologija u sportu. 2. dopunjeno i izmjenjeno izdanje. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
dopunska literatura	1. Verheijen, R (2014). Football periodisation. Always play with your strongest team. (Part 1). 2. Owen, A. & Dellal, A. (2016). Football conditioning: A modern scientific approach (periodisation / seasonal training / small sided games). 3. Dujmović, P. (1997). Fizička priprema nogometaša. Zagreb: Zagrebački nogometni savez - zbor trenera.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



ODBOJKA – kontrola treniranosti u odbojci (124003)

nositelj predmeta		doc. dr. sc. Tomica Rešetar	
kancelarija		69	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomica.recetar@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658669	
nastavnik		prof. dr. sc. Nenad Marelić	
kancelarija		161	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		nenad.marelic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658761	
nastavnik		doc. dr. sc. Tomislav Đurković	
kancelarija		41	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658641	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Odbojka s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + dvorana / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Osnovni cilj predmeta je usvajanje teoretskih i praktičnih znanja iz kontrole treninga u odbojci i njihova primjena u radu s različitim dobnim kategorijama.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti stječu visoku razinu znanja teoretskih i praktičnih znanja iz kontrole treninga u odbojci te primjenu navedenog u radu s različitim dobnim kategorijama.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će tijekom nastave savladati osnovna znanja iz: <ul style="list-style-type: none">- postupaka kontrole odbojkaškog treninga,- izbora testova za testiranje motoričkih i funkcionalnih sposobnosti,- procjene i registracije pokazatelja natjecateljske uspješnosti u odbojci,- praćenja treniranosti u jednogodišnjoj i višegodišnjoj pripremi,- primjene dobivenih rezultata u programiranju i reprogramiranju treninga u odbojci.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i vježbe <ol style="list-style-type: none">1. Struktura treniranosti odbojkašica i odbojkaša različite dobi i kvalitete (2P)2. Izbor i metrijske karakteristike mjernih instrumenata za procjenu stanja treniranosti (2P)3. Bazični i specifični testovi za procjenu funkcionalnih i motoričkih sposobnosti (2P+4V)4. Mjerenje i vrednovanje inicijalnog, tranzitivnih i finalnog stanja treniranosti i sportske forme (2P+4V)5. Mjerenje i vrednovanje nivoa tehničko-taktičkih znanja (2P+4V)		



	6. Procjena natjecateljske uspješnosti: situacijski parametri uspješnosti u igri (2P+4V) 7. Primjena rezultata testiranja dijagnostičkih postupaka u programiranju treninga (2P) 8. Kontrola efekata treninga u višegodišnjoj pripreme odbojkaša, 10-14, 15-16, 17-18 godina (2P)					
obveze studenata	Redovno prisustvovanje i aktivnost na nastavi, izlazak na kolokvije i pisanje seminarskih radova.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	33%	1	seminarski rad	17%	0.5
	praktični rad	33%	1	usmeni ispit	17%	0.5
	ukupno					3.0 ECTS
obvezna literatura	1. Janković, V., Marelić, N. (2003). Odbojka za sve. Zagreb: Autorska naklada. 2. Marelić, N., Marelić, S., Đurković, T., Rešetar, T. (2008). Nastavne teme iz odbojke za osnovne škole – priručnik za učitelje tjelesne i zdravstvene kulture. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 3. Službena pravila odbojke. (2010). Zagreb: Hrvatski odbojkaški savez.					
dopunska literatura	1. Janković, V., Marelić, N. (1995). Odbojka. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 2. Janković, V., Đurković, T., Rešetar, T. (2009). Uvod u specijalizaciju igračkih uloga u odbojci. Zagreb: Autorska naklada.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



ODBOJKA – programiranje treninga u odbojci (124002)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Nenad Marelić	
kancelarija		161	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		nenad.marelic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658761	
nastavnik		doc. dr. sc. Tomislav Đurković	
kancelarija		41	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomislav.djurkovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658641	
nastavnik		doc. dr. sc. Tomica Rešetar	
kancelarija		69	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		tomica.recetar@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658669	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Odbojka s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30S	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Osnovni cilj predmeta je usvajanje teoretskih znanja iz planiranja i programiranja treninga u odbojci i njihova primjena u radu s različitim dobnim kategorijama.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti stječu visoku razinu teoretskih znanja iz planiranja i programiranja treninga u odbojci te primjenu navedenog u radu s različitim dobnim kategorijama.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će tijekom nastave savladati: <ul style="list-style-type: none">- osnove planiranja i programiranja treninga u odbojci,- planiranje i programiranje u različitim vremenskim etapama sportske pripreme,- tekuće i operativno planiranje i programiranje odbojkaškog treninga,- specifičnosti planiranja i programiranja treninga u različitim sustavima natjecanja u odbojci.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja i seminari <ol style="list-style-type: none">1. Dugoročno planiranje i programiranje treninga u odbojci (2P+2S)2. Srednjoročno planiranje i programiranje treninga u odbojci (2P+2S)3. Kratkoročno planiranje i programiranje treninga u odbojci (2P+2S)4. Kalendar natjecanja u odbojci (2P+2S)5. Razvojne faze sportske forme u godišnjem ciklusu (2P+2S)6. Struktura plana i programa treninga u godišnjem ciklusu treninga (4P+4S)7. Plan i program treninga u pripremnom periodu: bazična, specifična i prednatjecateljska faza (4P+4S)		



	8. Planiranje i programiranje treninga u mikrociklusu, trenažnom danu i pojedinačnom treningu (2P+2S) 9. Vježbe u planiranju i programiranju treninga (2P+2S) 10. Izrada planova i programa treninga u pojedinim ciklusima sportske pripreme (2P+2S) 11. Planiranje i programiranje ciklusa za turnirski sustav natjecanja (2P+2S) 12. Vođenje dnevnika rada: evidencija i analiza trenažnog procesa (2P+2S) 13. Primjena rezultata istraživanja o efektima programiranog treninga (2P+2S)					
obveze studenata	Redovno prisustvovanje i aktivnost na nastavi, izlazak na kolokvije i pisanje seminarskih radova.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	17%	1	seminarski rad	33%	2
	praktični rad	33%	2	usmeni ispit	17%	1
	ukupno				6.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Janković, V., Marelić, N. (2003). Odbojka za sve. Zagreb: Autorska naklada. 2. Marelić, N., Marelić, S., Đurković, T., Rešetar, T. (2008). Nastavne teme iz odbojke za osnovne škole – priručnik za učitelje tjelesne i zdravstvene kulture. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 3. Službena pravila odbojke. (2010). Zagreb: Hrvatski odbojkaški savez.					
dopunska literatura	1. Janković, V., Marelić, N. (1995). Odbojka. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu. 2. Janković, V., Đurković, T., Rešetar, T. (2009). Uvod u specijalizaciju igračkih uloga u odbojci. Zagreb: Autorska naklada.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



PLES – kontrola treniranosti u plesu (172746)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	
kancelarija		169	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr	
telefon		+38513658769	
vanjski suradnik		Ana Lojen, mag. cin.	
e-mail		ana_lojen@yahoo.com	
vanjski suradnik		Tamara Despot, pred.	
e-mail		tamdespot@gmail.com	
vanjski suradnik		Alen Plevnik, mag. cin.	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
vanjski suradnik		Nikola Oto, mag. cin.	
e-mail		nikola.oto@gmail.com	
vanjski suradnik		Stipo Dajaković, mag. cin.	
e-mail		stipo.dajakovc@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Ples s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + terenska nastava / on-line nastava u sustavu Merlin i microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V + samostalni zadaci + multimedija i mreža	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Usvojiti teorijska i praktična znanja o različitim dijagnostičkim metodama i testovima za procjenu stanja treniranosti te ih primijeniti u sustavu sportske pripreme plesača.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će steći potrebna teorijska i praktična znanja o primjeni različitih dijagnostičkih metoda i testova primjenljivih u praksi. Studenti će steći znanja koja će im u praksi omogućiti odabir i klasifikaciju testova za procjenu stanja treniranosti s obzirom na plesnu izraz (folklorni, društveni, suvremeni ples i klasični balet), dob plesača i trenažni period. Studenti će znati provesti i vrednovati pojedine metoda kontrole i dijagnostike treniranosti plesača.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći: - Razumjeti ulogu dijagnosticiranja stanja u plesu, - Primjenjivati različite metode dijagnosticiranja i dijagnostičke postupke stanja treniranosti, - Upotrebljavati različite metode, testove dijagnosticiranja stanja treniranosti u plesu, - Analizirati i primijeniti rezultate dijagnosticiranja stanja treniranosti unutar procesa sportske pripreme		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja 1. Evaluacija usvojenosti elemenata plesne tehnike u folklornom, društvenom, suvremenom plesu i klasičnom baletu (3 P) 2. Morfološka dijagnostika u plesu(2 P) 3. Funkcionalna dijagnostika u plesu (2 P) 4. Biomehanička dijagnostika u plesu (2 P) 5. Dijagnostika motoričkih sposobnosti u plesu (2 P)		



	6. Psihosociološka dijagnostika u plesu (2 P) 7. Modelne karakteristike profesionalnih i vrhunskih plesača (2 P) Vježbe 1. Evaluacija tehničke izvedbe elemenata tehnike folklornog, društvenog, suvremenog plesa i klasičnog baleta (profesionalni i amaterski plesači) (4V) 2. Evaluacija usvojene razine specifičnih motoričkih znanja plesača sportskog plesa (2V) 3. Testiranje morfoloških obilježja plesača (2V) 4. Testiranje motoričkih sposobnosti plesača (3V) 5. Testiranje funkcionalnih sposobnosti plesača (2V) 6. Biomehanička analiza efikasnosti plesača (2V)					
obveze studenata	Pohađanje svih vrsta nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.5	praktični rad	30%	1
	seminarski rad	10%	0.5	usmeni ispit	50%	1
	ukupno				3.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Oreb, G. & Medved, R. (1991). Blood Lactic Acid Values in Folk Dancers During Performance. U Proceedings of AIESEP World Congress "Collaboration Between Researchers and practitioners in Physical Education: An International Dialogue", Atlanta, GA, January, 4.-7. 1991. (pp. 145). Atlanta, GA: National Association of PE in High Education. 2. 2. Uzunović, S., Kostić, R., Zagorc, M., Oreb, G. & Jocič, D. (2005). The effect of coordination skills on the success in standard sports dancing. In N. Dikić, S. Zivanic, S. Ostojic & Z. Tornjanski (eds.), Book of Abstracts of 10th Annual Congress European College of Sport Science, Belgrade, 13.-16. July 2005. (pp. 270-271). Belgrade: 3. Oreb, G. & Matković, Br. (1994). Functional abilities of professional dancers. U the 11th International Congress on Sports Sciences for Students (pp 7). Budapest: University of Physical Education. 4. Clarkson, P. M., Skinner, M. (1988). Science of dance training. Human kinetics books.					
dopunska literatura	1. Milanović, D. (2010). Teorija i metodika treninga. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Bompá, Tudor, O. (2006). Periodizacija. Teorija i metodologija treninga. Zagreb: Gopal. 3. Bompá, Tudor, O. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike. Zagreb: Gopal.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



PLES – programiranje treninga u plesu (172745)

nositeljica predmeta		izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić	
kancelarija		169	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		jadranka.vlasic@kif.hr	
telefon		+38513658769	
vanjski suradnik		Ana Lojen, mag. cin.	
e-mail		ana_lojen@yahoo.com	
vanjski suradnik		Tamara Despot, pred.	
e-mail		tamdespot@gmail.com	
vanjski suradnik		Alen Plevnik, mag. cin.	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
vanjski suradnik		Nikola Oto, mag. cin.	
e-mail		nikola.oto@gmail.com	
vanjski suradnik		Stipo Dajakobić, mag. cin.	
e-mail		stipo.dajakovc@kif.unizg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Ples s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + terenska nastava / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30S + samostalni zadaci + multimedija i mreža	očekivani broj studenata na predmetu	2
ciljevi predmeta	Osposobiti studente za razumijevanje teorijskih i metodičkih znanja potrebnih za planiranje i programiranje treninga plesača u svim etapama dugoročne sportske specijalizacije. Studenti će biti osposobljeni za samostalnu izradu planova i programa treninga plesača folklornog i društvenog plesa svih dobnih i natjecateljskih kategorija.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti će moći uspješno koristiti stečena znanja u kreiranju i provođenju plana i programa treninga u različitim ciklusima jednogodišnje i višegodišnje periodizacije kako u školskom tako i u rekreativnom te sportskom folklornom i društvenom plesu različitih dobnih kategorija.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će biti u stanju: - objasniti periodizaciju treninga u plesu - definirati i objasniti različite vrste planiranja i programiranja treninga plesača s obzirom na dužinu perioda - opisati specifičnosti i razlike između metoda planiranja i programiranja treninga u plesu - objasniti periodizaciju dugoročne pripreme plesača - definirati višegodišnji ciklus treninga i njihove etape u treningu plesača - modelirati dugoročne sportske pripreme, odnosno izraditi višegodišnji plan treninga - definirati i obrazložiti proporcije različitih vrsta sportske pripreme plesača u folklornom, društvenom, suvremenom plesu i u klasičnom baletu - samostalno izraditi i obrazložiti konkretan primjer plana i programa godišnjeg ciklusa treninga sa svim elementima		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja					
	<p>1. Planiranje i programiranje treninga u narodnom, društvenom, suvremenom plesu i klasičnom baletu kao važan čimbenik razvoja i održavanja plesne forme. Primjena rezultata testiranja u planiranju i programiranju treninga plesača. (4 P)</p> <p>2. Periodizacija treninga u plesu: folklorni (profesionalni i rekreativni) i društveni/sportski ples (natjecateljski i rekreativni). (4 P)</p> <p>3. Sustavi natjecanja i prezentacijama različitih plesnih izraza. (3 P)</p> <p>4. Sustavi plesnih prezentacija (nastupa) u folklornom profesionalnom i rekreativnom plesu. (3 P)</p> <p>5. Planiranje i programiranje treninga plesača u velikim ciklusima (plesna karijera: početni plesni tečaj, napredni plesni tečaj, početak plesne specijalizacije, sportsko usavršavanje, trening odraslih plesača) (4 P)</p> <p>6. Planiranje i programiranje treninga plesača u godišnjem ciklusu (jednociklusna ili višeciklusna periodizacija) plesu. (4 P)</p> <p>7. Planiranje i programiranje treninga plesača u mezociklusima – periodima i fazama. (4 P)</p> <p>8. Planiranje i programiranje treninga plesača u mikrociklusima i pojedinačnim treninzima. (4 P)</p>					
	Seminari					
	<p>1. Upravljanje procesom sportsko-plesne pripreme plesača. (2 S)</p> <p>2. Izrada plana i programa treninga plesača u velikim ciklusima (plesna karijera: početak plesne specijalizacije, plesno usavršavanje, trening odraslih plesača) (4 S)</p> <p>3. Izrada plana i programa treninga plesača u godišnjem ciklusu (jednociklusna i višeciklusna periodizacija) u folklornom i društvenom/sportskom plesu. (4 P)</p> <p>4. Izrada plana i programa treninga plesača mezociklusima – periodima i fazama (4 S)</p> <p>5. Izrada plana i programa treninga plesača u mikrociklusima i pojedinačnim treninzima. (4 S)</p> <p>6. Izrada plana i programa treninga plesača u fazi neposredne pripreme za najvažnija natjecanja (prezentacije/koncerte). (1 S)</p> <p>7. Izrada plana i programa treninga plesača u fazi neplanirane prezentacije/koncerta (1 S).</p> <p>8. Vrednovanje efekata planiranog, programiranog i provedenog treninga plesača. (2 S)</p>					
obveze studenata	Pohađanje svih vrsta nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	1	seminarski rad	50%	3
	usmeni ispit	40%	2	ukupno	6.0 ECTS	
obvezna literatura	<p>1. Oreb, G. & Medved, R. (1991). Blood Lactic Acid Values in Folk Dancers During Performance. U Proceedings of AIESEP World Congress "Collaboration Between Researchers and practitioners in Physical Education: An International Dialogue", Atlanta, GA, January, 4.-7. 1991. (pp. 145). Atlanta, GA: National Association of PE in High Education</p> <p>2. Uzunović, S., Kostić, R., Zagorc, M., Oreb, G. & Jocič, D. (2005). The effect of coordination skills on the success in standard sports dancing. In N. Dikić, S. Zivanic, S. Ostojic & Z. Tornjanski (eds.), Book of Abstracts of 10th Annual Congress European College of Sport Science, Belgrade, 13.-16. July 2005. (pp. 270-271). Belgrade:</p> <p>3. Oreb, G. & Matković, Br. (1994). Functional abilities of professional dancers. U the 11th International Congress on Sports Sciences for Students (pp 7). Budapest: University of Physical Education.</p>					



	4. Clarkson, P. M., Skinar, M. (1988). Science of dance training. Human kinetics books.
dopunska literatura	1. Milanović, D.(2010). Teorija i metodika treninga. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 2. Bompá, Tudor, O. (2006). Periodizacija. Teorija i metodologija treninga. Zagreb: Gopal. 3. Bompá, Tudor, O. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike. Zagreb: Gopal.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



SKIJANJE – kontrola treniranosti u skijanju (124019)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski	
kancelarija		102/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		vjekoslav.cigrovski@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658702	
nastavnik		prof. dr. sc. Bojan Matković	
kancelarija		153	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		bojan.matkovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658753	
vanjski suradnik		dr. sc. Ivica Franjko	
e-mail		ski@skifrankie.hr	
vanjski suradnik		Krunoslav Kević, prof.	
e-mail		kruno.kevic@hotmail.com	
vanjski suradnik		Slaviša Weiner, viši sportski trener	
e-mail		apb_znidarec-weiner@inet.hr	
vanjski suradnik		Vedran Vrus, viši sportski trener	
e-mail		vedran.vrus@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Skijanje s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + terenska nastava		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V + multimedija i mreža + terenska nastava	očekivani broj studenata na predmetu	10
ciljevi predmeta	Primarni cilj nastave predmeta Kontrola treniranosti u skijanju je teorijsko i teorijsko-praktično osposobljavanje studenata za kontrolu i evaluaciju procesa poučavanja i treninga u skijanju. Također, cilj je ovog predmeta upoznavanje studenata s načinima i metodama kontrole treniranosti skijaša različitih dobnih kategorija		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Kao kineziolozi, studenti će tijekom predmeta Kontrola treniranosti u skijanju steći osnovne spoznaje koje im omogućavaju uspješnu evaluaciju procesa poučavanja skijaške tehnike i kontrolu trenažnog procesa kod skijaša. Studenti će steći osnovna informacije o načinima dijagnosticiranja treniranosti skijaša različite dobi i kvalitete. Isto tako, ovim predmetom studenti dobivaju znanja koja im omogućavaju kritički pristup i vrednovanje pojedinih metoda kontrole i dijagnostike treniranosti skijaša.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - definirati kriterije pojedinog stupnja usvojenosti skijaške tehnike, - definirati i objasniti sustav dijagnostike u skijanju, - objasniti važnost dijagnostičkih postupaka u procjeni pripremljenosti skijaša, - opisati osnovne značajke pojedinih vrsta dijagnostike treniranosti skijaša, - objasniti mogućnosti primjene rezultata testiranja u planiranju i programiranju treninga skijaša.		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja					
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluacija usvojenosti elemenata skijaške tehnike (1P) 2. Kriteriji za evaluaciju usvojenosti pojedinih elemenata skijaške tehnike (1P) 3. Morfološka dijagnostika u skijanju (2P) 4. Funkcionalna dijagnostika u skijanju (2P) 5. Biomehanička dijagnostika u skijanju (2P) 6. Dijagnostika motoričkih sposobnosti skijaša (2P) 7. Psihosociološka dijagnostika u skijanju (2P) 8. Faze dijagnostičkog postupka (2P) 9. Modelne karakteristike vrhunskih skijaša (1P) 					
	Vježbe					
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluacija usvojene razine specifičnih motoričkih znanja kod skijaša rekreacijske razine (3V) 2. Evaluacija tehničke izvedbe slalomske skijaške tehnike kod skijaša natjecateljske razine (2V) 3. Evaluacija tehničke izvedbe veleslalomske skijaške tehnike kod skijaša natjecateljske razine (2V) 4. Testiranje morfoloških obilježja kod skijaša natjecatelja (2V) 5. Testiranje motoričkih sposobnosti kod skijaša natjecatelja (2V) 6. Testiranje funkcionalnih sposobnosti kod skijaša natjecatelja (2V) 7. Biomehanička analiza učinkovitosti natjecatelja u skijanju (2V) 					
obveze studenata	Pohađanje svih vrsta nastave					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	17%	0.5	pismeni ispit	33%	1
	seminarski rad	17%	0.5	usmeni ispit	33%	1
	ukupno					3.0 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Matković, B, Ferenčak, S., Žvan, M. (2004). Skijajmo zajedno. Zagreb: Europapress holding i FERBOS inženjering. 					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cigrovski, V., Matković, B. (2007). Prikaz nekih testova za procjenu eksplozivne snage kod mladih alpskih skijaša. u: Zbornik radova Kondicijska priprema sportaša, Zagreb, 23. - 24. 02. 2007. 308-311. 2. Cigrovski, V., Matković, B., Vučetić, V. (2010). Brzina, agilnost i eksplozivna snaga – važne motoričke sposobnosti u mladih alpskih skijaša. u: Zbornik radova Kondicijska priprema sportaša, Zagreb, 26. i 27. 02. 2010. 204-207. 3. Cigrovski, V., Matković, B., Matković, R. B. (2008). Evaluation of objectivity and homogeneity of skiing knowledge grading process. In: Milanović, D., Prot, F. (Eds.), Proceeding book "5th International Scientific conference on Kinesiology". Zagreb 10. - 14. 09. 2008., Zagreb: Kineziološki fakultet, 513-517. 4. Bompa, T. O. (2006). Periodizacija. Teorija i metodologija treninga. Zagreb: Gopal. 5. Bompa, T. O. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike. Zagreb: Gopal. 					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



SKIJANJE – programiranje treninga u skijanju (124018)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Vjekoslav Cigrovski	
kancelarija		102/2	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		vjekoslav.cigrovski@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658702	
nastavnik		prof. dr. sc. Bojan Matković	
kancelarija		153	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		bojan.matkovic@kif.unizg.hr	
telefon		+38513658753	
vanjski suradnik		dr. sc. Ivica Franjko	
e-mail		ski@skifrankie.hr	
vanjski suradnik		Krunoslav Kević, prof.	
e-mail		kruno.kevic@hotmail.com	
vanjski suradnik		Slaviša Weiner, viši sportski trener	
e-mail		apb_znidarec-weiner@inet.hr	
vanjski suradnik		Vedran Vrus, viši sportski trener	
e-mail		vedran.vrus@gmail.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Skijanje s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + terenska nastava		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30S + multimedija i mreža + terenska nastava	očekivani broj studenata na predmetu	10
ciljevi predmeta	Primarni cilj nastave predmeta Planiranje i programiranje treninga u skijanju je teorijsko i teorijsko-praktično osposobljavanje studenata za izradu i provedbu plana i programa treninga u skijanju. Također, cilj je ovog predmeta upoznavanje studenata s praktičnim metodama izrade plana i programa poučavanja skijaša rekreacijske razine te plana i programa treninga natjecatelja različitih dobnih kategorija		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Kao kineziolozi, studenti će tijekom predmeta Planiranje i programiranje treninga skijaša steći osnovne spoznaje koje im omogućavaju uspješno upravljanje procesom poučavanja skijaške tehnike i procesom sportskog treninga skijaša. Studenti će steći osnovna znanja o načinima izrade različitih planova i programa za skijaše različite dobi i kvalitete. Isto tako, ovim predmetom studenti dobivaju znanja koja im omogućavaju kritički pristup i vrednovanje pojedinih planova i programa s obzirom na dob i kvalitetu skijaša.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Student će moći: - objasniti periodizaciju treninga skijaša, - definirati i objasniti različite vrste planiranja i programiranja treninga skijaša s obzirom na dužinu razdoblja, - opisati specifičnosti i razlike između metoda planiranja i programiranja treninga skijaša, - objasniti periodizaciju dugoročne sportske pripreme skijaša,		



	<ul style="list-style-type: none">- definirati višegodišnji ciklus treninga i njihove etape u treningu skijaša,- modelirati dugoročne sportske pripreme, odnosno izraditi višegodišnji plan treninga skijaša,- definirati i obrazložiti proporcije različitih vrsta sportske pripreme kod skijaša različitih dobnim kategorija,- samostalno izraditi i obrazložiti konkretan primjer plana i programa godišnjeg ciklusa treninga sa svim elementima.
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja</p> <ol style="list-style-type: none">1. Plan i program škole alpskoga skijanja (2P)2. Operativni program jednog dana u školi alpskoga skijanja (2P)3. Plan i program škole skijaškog trčanja (2P)4. Planiranje i programiranje treninga skijaša (1P)5. Periodizacija sportske pripreme skijaša (1P)6. Vrste planiranja i programiranja treninga skijaša (1P)7. Metode planiranja i programiranja skijaša (2P)8. Dugoročno planiranje i programiranje treninga skijaša (1P)9. Višegodišnji ciklus treninga i njihove etape (1P)10. Parametri opterećenja u pojedinim dobnim kategorijama skijaša (1P)11. Proporcije sportske pripreme u pojedinim dobnim kategorijama skijaša (1P)12. Srednjoročno planiranje i programiranje treninga skijaša (1P)13. Osnovne karakteristike planiranja treninga u pojedinim godinama olimpijskog ciklusa (1P)14. Kratkoročno planiranje i programiranje treninga skijaša (1P)15. Godišnji ciklus treninga kod skijaša (2P)16. Sastavnice kratkoročnog planiranja i programiranja treninga kod skijaša (1P)17. Koncept plana i programa pripremnog, natjecateljskog i prijelaznog perioda treninga kod skijaša (2P)18. Tekuće planiranje i programiranje treninga skijaša (1P)19. Periodi i faze pripremnog razdoblja u treningu skijaša (1P)20. Dinamika opterećenja u pripremnom, natjecateljskom i prijelaznom razdoblju u treningu skijaša (1P)21. Operativno planiranje i programiranje treninga skijaša (1P)22. Planiranje i programiranje treninga skijaša u mikrociklusu (1P)23. Planiranje i programiranje trenažnog dana (1P)24. Planiranje i programiranje pojedinačnog treninga (1P) <p>Seminari</p> <ol style="list-style-type: none">1. Samostalna izrada plana i programa škole alpskoga skijanja (6S)2. Samostalna izrada plana i programa škole skijaškog trčanja (6S)3. Samostalna izrada dugoročnog plana i programa treninga za skijaše (2S)4. Samostalna izrada plana i programa treninga za skijaše u olimpijskom ciklusu (2S)5. Samostalna izrada godišnjeg plana i programa treninga za skijaše (4S)6. Samostalna izrada plana i programa treninga skijaša u mezocilusima – periodima (2S)7. Samostalna izrada plana i programa treninga skijaša u mezocilusima – fazama (2S)8. Samostalna izrada plana i programa treninga skijaša u mikrociklusu (2S)9. Samostalna izrada plana i programa jednog dana treninga skijaša (2S)10. Samostalna izrada plana i programa pojedinačnog treninga skijaša (2S)
obveze studenata	Pohađanje svih vrsta nastave



praćenje rada studenata	pohađanje nastave	16.6%	1	praktični rad	50%	3
	usmeni ispit	33.4%	2	ukupno	6.0 ECTS	
obvezna literatura	1. Matković, B, Ferenčak, S., Žvan, M. (2004). Skijajmo zajedno. Zagreb: Europapress holding i FERBOS inženjering.					
dopunska literatura	1. Rađenović, O. i sur. (2008). Alpsko skijanje. Zagreb: Hrvatski zbor učitelja i trenera skijanja. 2. Lešnik, B., Žvan, M. (2007). Naše smučine, teorija in metodika alpskega smučanja. Ljubljana: SZS-ZUTS. 3. Milanović, D. (2013). Teorija treninga, kineziologija sporta. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 4. Bompa, T. O. (2006). Periodizacija. Teorija i metodologija treninga. Zagreb: Gopal. 5. Bompa, T. O. (2005). Cjelokupan trening za mlade pobjednike. Zagreb: Gopal. 6. Brajković, S. (2019). Plan i program jednogodišnjeg perioda treninga za vrhunsku alpsku skijašicu. (Diplomski rad). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 7. Šulek, I. (2013). Plan i program jednogodišnjeg ciklusa treninga mladih skijaša životne dobi 11 – 14 godina. (Diplomski rad). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu. 8. Weiner, S. (2008). Plan i program jednogodišnjeg ciklusa treninga vrhunske skijašice. (Diplomski rad). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.					
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



SPORTSKI MENADŽMENT – marketing menadžment u sportu (124042)

nositelj predmeta		prof. dr. sc. Jurica Pavičić	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		jpavicic@efzg.hr	
nositeljica predmeta		doc. dr. sc. Morana Fudurić	
konzultacije		prema dogovoru e-mailom	
e-mail		mfuduric@efzg.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
Semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	4.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	45 sati = 30P + 15S + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	U okviru ovog predmeta studenti će se upoznati s osnovama sportskog marketinga kao i mogućnostima njegove primjene u određenim sportskim organizacijama. Zadaća je ovog predmeta da studentima pruži informacije o području upravljanja marketingom u valorizaciji sportskih programa.		
Ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti znanje i razumijevanje koncepata, principa i teorije iz područja upravljanja marketingom u sportu. Identificirati i analizirati mogućnosti primjene marketinških principa u programima u području sporta.		
Očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će biti u stanju: - razumijeti terminologiju marketinga, - razumijeti značaj upravljanja marketinškim aktivnostima u sportu, - primijeniti osnovne marketinške alate u području sporta, - izraditi i analizirati marketinške planove.		
Sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka tema se odnosi na 2 nastavna sata) 1. OSNOVE MARKETINGA Uvod u marketing. Definiranje marketinga. Osnovna značenja i viđenja marketinga. Osnovne koncepcije marketinga. Marketing danas. 2. DRUŠTVENI MARKETING Obilježja društvenog marketinga. Definiranje društvenog marketinga. Ciljevi društvenog marketinga. Marketing usluga. 3. UVOD U SPORTSKI MARKETING Pojam i značaj marketinga u sportu. Marketing u sportu ili sportski marketing. Karakteristike i veličina sportskog tržišta. Pojam i elementi marketinškog miksa u sportu. 4. ELEMENTI MARKETINŠKOG MIKSA: SPORTSKI PROIZVOD Pojam sportskog proizvoda. Oblici sportskih proizvoda. Karakteristike sportskih proizvoda. Pojam branda. 5. ELEMENTI MARKETINŠKOG MIKSA: PROMOCIJA SPORTSKIH PROIZVODA Pojam promocije. Proces komunikacije. Elementi promotivnog spleta. Odnosi s javnošću. 6. ELEMENTI MARKETINŠKOG MIKSA: DISTRIBUCIJA SPORTSKIH PROIZVODA Osnovni koncepti distribucije. Kanali distribucije. Fizička distribucija. Karakteristike distribucije u sportu. 7. ELEMENTI MARKETINŠKOG MIKSA: CIJENA SPORTSKIH PROIZVODA Definiranje cijene. Determinante određivanja cijene: vanjski faktori, potražnja, ekonomija, konkurencija. Strategije određivanja cijene.		



	<ol style="list-style-type: none">8. ANALIZA TRŽIŠTA I OKRUŽENJA Pojam i proces analize tržišta. Pojam tržišta. Segmentacija tržišta. Pojam konkurencije. Vanjsko i unutarnje okruženje.9. ISTRAŽIVANJA SPORTSKOG TRŽIŠTA Pojam istraživanja. Definiranje problema istraživanja. Odabir vrste istraživanja. Kreiranje istraživanja.10. SPORTSKO TRŽIŠTE POTRAŽNJE Pojam sportskih potrošača. Razumijevanje sudionika kao potrošača. Model ponašanja sudionika. Donošenje odluka o potrošnji. Razumijevanje gledatelja kao potrošača. Faktori koji utječu na posjećenost sportskih natjecanja.11. DEFINIRANJE STRATEGIJE SPORTSKOG MARKETINGA Proces definiranja strategije sportskog marketinga: planiranje, implementacija i kontrola. Marketinške strategije: penetracija tržišta, razvoj tržišta, razvoj ponude, diverzifikacija.12. PRIMJENA MARKETINGA U SPORTU Mogućnosti primjene sportskog marketinga. Istraživanje i segmentacija sportskog tržišta.13. MARKETINŠKO PLANIRANJE I MARKETING PLANOVI Planiranje. Marketinško planiranje. Faze planiranja. SWOT analiza. Marketing planovi. Vrste marketing planova. Sadržaj marketing planova. Primjer izrade marketing plana.14. SPONZORSTVA Pojam sponzorstva. Karakteristike sponzorskih programa. Ciljevi sponzorstava.15. UPRAVLJANJE AKTIVNOSTIMA MARKETINGA Pojam upravljanja marketingom. Uloga marketinga u sportskim organizacijama. Definiranje pozicije odjela za marketing u sportskim organizacijama. Determiniranje budžeta odjela za marketing. <p>Seminari (svaka tema seobrađuje 2 nastavna sata, osim teme pod red.br. 1. koja se obrađuje 1 nastavni sat)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Uvod u seminarski rad2. Tržište sportskih proizvoda i usluga3. Promotivne aktivnosti sportskih organizacija4. Uloga sportaša u promotivnim aktivnostima sportskih organizacija5. Primjeri sponzorstava6. Izrada marketinških planova7. Determiniranje marketinških strategija u sportskim organizacijama8. Primjeri istraživanja sportskih tržišta					
Obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad na nastavi. Izrada seminarskih radova i ostalih zadataka.					
Praćenje rada studenata	pohađanje i aktivnosti na nastavi	12.5%	0.5	seminarski rad	25%	1
	kolokvij	62.5%	2.5	ukupno	4.0 ECTS	
Obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Bartoluci, M., Škorić, S. (2009). Menadžment u sportu. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet2. Shank, M. D. (2002). Sports Marketing: A Strategic Perspective. New Jersey: Prentice Hall					
Dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Beech, J., Chadwick, S. (ur.) (2010). Sportski menadžment. (prijevod) Zagreb: MATE d.o.o.2. Bartoluci, M. (2003). Ekonomika i menadžment sporta. II. prošireno i izmijenjeno izdanje (udžbenik). Zagreb: Informator					
Način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.					



SPORTSKI MENADŽMENT – poduzetništvo u sportu (124043)

nositeljica predmeta<		izv. prof. dr. sc. Sanela Škorić	
kancelarija		121	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		sanela.skoric@kif.hr	
telefon		+38513658721	
vanjski suradnik		prof. dr. sc. Mato Bartoluci	
e-mail		mbartoluci@efzg.hr	
vanjski suradnik		Dino Bartoluci, mag.oec.	
e-mail		dino.bartoluci@gmail.com	
vanjski suradnik		Juraj Čošić, mag.cin.	
e-mail		Jura1703@gmail.com	
vanjski suradnik		dr. sc. Luka Leško	
e-mail		luka.lesko@kif.hr	
vanjski suradnik		Alen Plevnik, mag.cin.	
e-mail		alen.plevnik@kif.hr	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	Nema preduvjeta za upis.	bodovna vrijednost	5.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica + terenska nastava / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u		
način izvođenja nastave	45 sati = 25P + 20S + samostalni zadaci	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	Osposobiti studente da razumiju upravljanje sportskim organizacijama. Stjecanje specifičnih znanja iz područja planiranja i izrade poduzetničkih programa u sportskoj djelatnosti.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Primijeniti znanje i razumijevanje koncepata, principa i teorije iz područja menadžmenta i poduzetništva u sportskim organizacijama. Identificirati i analizirati mogućnosti provođenja poslovnih programa u području sporta.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti će moći - razumjeti i analizirati upotrebu resursa u sportskim organizacijama, - razumjeti sustav organizacije sportske djelatnosti, - razumjeti sustav upravljanja sportskim objektima, - razumjeti ulogu menadžmenta u sportu i sportskim organizacijama, - izraditi i analizirati poduzetničke programe iz područja sporta.		
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja (svaka tema se odnosi na 2 nastavna sata, osim teme pod red.br. 1. koja se obrađuje 1 nastavni sat) 1. UVOD U PODUZETNIŠTVO U SPORTU 2. EKONOMIKA KORIŠTENJA RESURSA U DJELATNOSTI SPORTA. Pojam, vrste i uloga resursa u sportu. Imovina sportskih organizacija. 3. PROCES PODUZETNIŠTVA U SPORTU. Pojam i značaj poduzetništva u području sporta. Uloga poduzetništva u razvoju sporta. Struktura sportske djelatnosti. 4. POSLOVNE ORGANIZACIJE U SPORTU. Poslovne organizacije u sportu. Struktura i oblici vlasništva u sportskoj djelatnosti. 5. ODNOS MENADŽMENTA I PODUZETNIŠTVA. Uloga menadžmenta u razvoju poduzetništva u sportskoj djelatnosti. Ekonomska osnova poduzetništva u sportu.		



	<ol style="list-style-type: none">6. UPRAVLJANJE PROJEKTIMA. Definiranje projekta. Projektni menadžment. Faze projekata.7. PLANIRANJE PROJEKATA. Planiranje projekata i postavljanje ciljeva. Odabir projektnog tima i aktivnosti. Definiranje budžeta projekta.8. METODOLOGIJA PODUZETNIČKIH PROJEKATA U SPORTU. Metodološke osnove poduzetničkih programa u sportu. Metode za ocjenu ekonomske učinkovitosti investicijskih i poduzetničkih projekata u sportu. Upravljanje poduzetničkim projektima u sportu.9. PODUZETNIČKI PROJEKTI U SPORTU. Presentacija poduzetničkih programa u: vrhunskom, profesionalnom sportu, sportskoj rekreaciji, wellnessu, sportsko-rekreacijskom turizmu, velikim sportskim priredbama, golfu i dr.10. UPRAVLJANJE PRIHODIMA I TROŠKOVIMA U SPORTU. Pojam prihoda. Pojam troškova. Analiza financijskih izvještaja. Prihodi i troškovi kao podloga za donošenje odluka.11. EKONOMSKI ASPEKTI KORIŠTENJA SPORTSKIH OBJEKATA. Pojam i vrste sportskih objekata. Ekonomska osnova projektiranja, izgradnje, održavanja i korištenja sportskih objekata: karakteristike sportskih objekata i opreme, ekonomska osnova izgradnje objekata, amortizacija sportskih objekata i opreme, održavanje i funkcioniranje objekata i opreme, ekonomika korištenja objekata i opreme.12. UPRAVLJANJE SPORTSKIM OBJEKTIMA. Povijesni razvoj upravljanja sportskim objektima. Pojam upravljanja sportskim objektima. Budućnost sportskih objekata. Trendovi koji će utjecati na upravljanje sportskim objektima.13. SPECIFIČNOSTI UPRAVLJANJA SPORTSKIM OBJEKTIMA. Financiranje sportskih objekata. Svakodnevne aktivnosti. Odražavanje sportskih objekata. <p>Seminari (svaka tema se izvodi 2 nastavna sata)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Primjeri poslovnih organizacija u sportu2. Izrada poduzetničkih projekata u sportu3. Izrada poduzetničkih projekata u sportu4. Primjeri ocjene ekonomske učinkovitosti poduzetničkih projekata5. Upravljanje sportskim objektima6. Pregled i analiza dnevnika prakse7. Pregled i analiza dnevnika prakse8. Pregled i analiza dnevnika prakse9. Pregled i analiza dnevnika prakse10. Pregled i analiza dnevnika prakse					
obveze studenata	Redovito pohađanje nastave i aktivan rad u nastavi. Izrada seminarskih radova i ostalih zadataka. Izvršavanje prakse te izvještavanje o procesu praktičnog rada.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	10%	0.5	kolokvij	60%	3
	seminarski rad	10%	0.5	praktični rad	20%	1
				ukupno		5.0 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Bartoluci, M. (2013). Upravljanje razvojem turizma i poduzetništva. Zagreb: Školska knjiga2. Bartoluci, M., Škorić, S. (2009). Menadžment u sportu. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet.					
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Fried, G. (2010). Managing Sport Facilities. Second edition. Champaign: Human Kinetics.2. Lussier, R. N., Kimball, D. C. (2009). Applied Sport Management Skills. Champaign: Human Kinetics.					



	3. Covell, D., Walker, S., Siciliano, J., Hess, P. W. (2003). Managing Sports Organizations: Responsibility for Performance. Mason: South-Wester.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



TENIS – kontrola treniranosti u tenisu (124024)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros	
kancelarija		43	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		petar.barbaros@kif.hr	
telefon		+38513658643	
vanjski suradnik		Zlatan Bilić, mag.cin	
e-mail		zlatan013@yahoo.com	
vanjska suradnica		Anja Benjak, mag.cin	
e-mail		benjakica@yahoo.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Sportova s reketom s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	3.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + terenska nastava		
način izvođenja nastave	30 sati = 15P + 15V	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Postizanje visoke razine teoretskih i praktičnih znanja iz kontrole teniskog treninga te ostalih bitnih kompetencija za vođenje perspektivnih i naprednih natjecatelja kadetske, juniorske i seniorske dobi.- Usvajanje osnovnih principa o dijagnostici stanja treniranosti i sportskoj formi u tenisu. Načinima utvrđivanja inicijalnog, tranzicijskih i finalnih stanja treniranosti na teniskom terenu i u laboratorijskim uvjetima.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti stječu visoku razinu osnovnih i specifičnih teorijskih znanja iz kontrole treninga u tenisu sa svrhom njihove adekvatne primjene u praksi.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu: <ul style="list-style-type: none">- temeljna, specifična i praktična znanja o postupcima testiranja, konstrukciji, izboru i analizi mjernih instrumenata za procjenu stanja treniranosti na terenu i u laboratorijskim uvjetima,- specifična znanja o načinima procjene natjecateljske učinkovitosti,- osnovna i specifična znanja o primjeni audio-vizualnih pomagala u kontroli treninga,- napredna znanja o optimalnoj primjeni rezultata testiranja u planiranju i programiranju treninga tenisača i tenisačica različitog dobnog uzrasta. Navedeno ih osposobljava za: <ul style="list-style-type: none">- provođenje kontrole treniranosti upotrebom adekvatnih testova za procjenu pojedinih sposobnosti u laboratorijskim uvjetima,- provođenje kontrole treniranosti upotrebom adekvatnih testova za procjenu specifičnih sposobnosti na teniskom terenu,- provođenje kontrole treniranosti upotrebom audio-vizualnih pomagala (kontrola tehnike i pravovremenosti),		



	- optimalnu primjenu dobivenih rezultata testiranja u planiranju i programiranju treninga tenisača i tenisačica različitog dobnog uzrasta.					
sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	<p>Predavanja</p> <ol style="list-style-type: none">1. Dijagnostika stanja treniranosti i sportske forme (1P)2. Utvrđivanje inicijalnog, tranzicijskih i finalnih stanja treniranosti (1P)3. Postupci testiranja. Konstrukcija, izbor i analiza mjernih instrumenata za procjenu morfoloških karakteristika i bazičnih motoričkih sposobnosti. (1P)4. Postupci testiranja. Konstrukcija, izbor i analiza mjernih instrumenata za procjenu situacijskih motoričkih sposobnosti, stupanja usvojenosti tehničko-taktičkih znanja. (1P)5. Postupci testiranja. Konstrukcija, izbor i analiza mjernih instrumenata za procjenu bazičnih i specifičnih funkcionalnih sposobnosti. (1P)6. Postupci testiranja. Konstrukcija, izbor i analiza mjernih instrumenata za procjenu kognitivnih sposobnosti i konativnih osobina. (2P)7. Postupci testiranja. Konstrukcija, izbor i analiza mjernih instrumenata za procjenu mikrosocijalnih odnosa. (1P)8. Procjena natjecateljske učinkovitosti: parametri praćenja aktivnosti u igri, evidencija i vrednovanje prikupljenih podataka (1P)9. Primjena audio-vizualnih pomagala: korištenje podataka dobivenih primjenom A/V pomagala (1P)10. Prikupljanje i korištenje podataka prikupljenih u procesu treninga, trening susreta i službenih susreta (2P)11. Subjektivna procjena u procesu selekcije i u analizi efekata treninga i natjecanja (1P)12. Primjena rezultata testiranja u planiranju i programiranju treninga tenisača (1P)13. Programiranje treninga u mikrociklusu na temelju analize stanja treniranosti (1P) <p>Vježbe</p> <ol style="list-style-type: none">1. Evaluacija opće i specifične kondicijsko-motoričke spremnosti tenisača i tenisačica (3V)2. Evaluacija tehničke spremnosti tenisača i tenisačica (3V)3. Evaluacija strategijske i taktičke spremnosti tenisača i tenisačica (3V)4. Evaluacija psihološke spremnosti tenisača i tenisačica (3V)5. Kontrola integralne pripremljenosti tenisača i tenisačica, detekcija nedostataka te njihovo otklanjanje neposredno pred natjecanje (3V)					
obveze studenata	Redovito pohađanje teoretske i praktične nastave, zalaganje i aktivan rad na nastavi.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	33%	1	kolokvij	17%	0.5
	pismeni ispit	17%	0.5	usmeni ispit	33%	1
				ukupno	3.0 ECTS	
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Neljak, B. Vučetić, V. (2002). Skup testova za procjenu motoričkih sposobnosti tenisača. Programiranje rada u području edukacije, sporta, sportske rekreacije i kineziterapije. Findak, V. (ur). Zagreb: Hrvatski kinološki savez, 362-365.2. Novak, D., Neljak, B., Barbaros Tudor, P. (2008). Dijagnostika snažnih svojstava vrhunskog tenisača u razdoblju od 13. do 16. godine. u: Jukić, I., Milanović, D., Gregov, C. (ur). Zbornik radova 6. godišnje međunarodne konferencije „Kondicijska priprema sportaša“, Zagreb, Croatia, 145-147.3. Barbaros Tudor, P., Neljak, B., Matković, B. (2002). Specifični test – osnova istinske procjene pripremljenosti vrhunskog tenisača. Zbornik radova.11. zagrebački sajam sporta i nautike, Zagreb, 338-342.					



dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Saviano, N. (2003). Maximum tennis. Human kinetics, USA.2. Matković, B., Barbaros Tudor, P., Neljak, B. (2002). Procjena stanja treniranosti vrhunske teniske ekipe. 11. zagebački sajam sporta i nautike. Zbornik radova. Zagreb, 334-337.3. Williams, S., Petersen, R. (2005). Serious tennis. Human kinetics, USA.4. Barbaros Tudor, P. (2007). Trening mentalnih sposobnosti – Provjerite vlastite mentalne sposobnosti. Hrvatski magazin – Tenis, 35, (8), 46-47.5. Barbaros Tudor, P. (2008). Trening mentalnih sposobnosti – Provjerite vlastite mentalne sposobnosti II. Hrvatski magazin –Tenis, 36, (9), 50-51.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



TENIS – programiranje treninga u tenisu (124023)

nositelj predmeta		izv. prof. dr. sc. Petar Barbaros	
kancelarija		43	
konzultacije		on-line u Microsoft Teamsu prema dogovoru mailom	
e-mail		petar.barbaros@kif.hr	
telefon		+38513658643	
vanjski suradnik		Zlatan Bilić, mag.cin	
e-mail		zlatan013@yahoo.com	
vanjska suradnica		Anja Benjak, mag.cin	
e-mail		benjakica@yahoo.com	
studijski program	integrirani studij Kineziologija	status predmeta	izborni smjer
semestar	X. – ljetni	godina studija	V.
uvjeti za upis predmeta	položen obvezni predmet Sportova s reketom s minimalnom ocjenom vrlo dobar (4) / kategorizirani sportaš	bodovna vrijednost	6.0 ECTS
mjesto izvođenja	predavaonica / on-line nastava u sustavu Merlin i Microsoft Teams-u + terenska nastava		
način izvođenja nastave	60 sati = 30P + 30S	očekivani broj studenata na predmetu	1
ciljevi predmeta	<ul style="list-style-type: none">- Usvajanje osnovnih principa i pravila planiranja i programiranja procesa teniskog treninga s naglaskom na specifičnosti transformacijskih procesa u tenisu.- Postizanje visoke razine teoretskih i praktičnih znanja iz programiranja teniskog treninga te ostalih bitnih kompetencija za vođenje perspektivnih i naprednih natjecatelja kadetske, juniorske i seniorske dobi.		
ishodi učenja na razini programa kojima predmet pridonosi	Studenti stječu visoku razinu osnovnih i specifičnih teorijskih znanja iz planiranja i programiranja u tenisu sa svrhom njihove adekvatne primjene u praksi.		
očekivani ishodi učenja na razini predmeta	Studenti stječu: <ul style="list-style-type: none">- temeljna i specifična znanja o kalendaru bitnih domaćih i međunarodnih natjecanja za napredne natjecatelje različitih uzrasta,- temeljna i specifična znanja o posebnosti transformacijskih procesa u tenisu,- specifična znanja o različitim optimalnim načinima strukturiranja višegodišnjeg, godišnjeg i polugodišnjeg plana natjecanja i treninga za različite uzrasne kategorije,- specifična znanja o strukturiranju programa makrociklusa, mezociklusa i mikrociklusa s obzirom na dob, spol i predznanje tenisača i tenisačica,- napredna znanja o optimalnom usklađivanju kondicijsko-motoričke, tehničko-taktičke i psihološke pripreme. Navedeno ih osposobljava za: <ul style="list-style-type: none">- izradu višegodišnjeg, godišnjeg i polugodišnjeg plana natjecanja i treninga za različite uzrasne kategorije,- izradu i provođenje programa makrociklusa, mezociklusa, mikrociklusa i pojedinačnog treninga u tenisu s natjecateljima svih uzrasnih kategorija,• - organizacijsko usklađivanje kondicijsko-motoričke, tehničko-taktičke i psihološke pripreme u već formiranim trenerskim timovima.		



sadržaj predmeta detaljno razrađen prema satnici nastave	Predavanja					
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Principi i pravila u planiranju i programiranju procesa teniskog treninga (2P) 2. Posebnosti transformacijskih procesa u tenisu (2P) 3. Kalendari domaćih i međunarodnih natjecanja u različitim dobnim natjecateljskim kategorijama (2P) 4. Važnost rasporeda natjecanja u strukturiranju integralnog optimalnog programa treninga (kondicijskog, teniskog i mentalnog) za tenisače i tenisačice različitih dobnih kategorija (4P) 5. Višegodišnje, godišnje i polugodišnje planiranje treninga tenisača i tenisačica Osnovne zakonitosti razdoblja osnovne pripreme, razdoblja postizanja maksimalnih sportskih rezultata i razdoblja održavanja maksimalnih sportskih rezultata. (4P) 6. Programiranje mezociklusa i mikrociklusa s obzirom na dob, spol i predznanje: ciljevi i zadaci mezociklusa, sastavljanje strukture mezociklusa (koji broj i kakve vrste mikrociklusa ga tvore), veličine opterećenja u mezociklusu po predviđenim mikrociklusima (u odnosu na prethodni mezociklus), odnos treninga i oporavka u mezociklusu, metode i sadržaji treninga koji će se primjenjivati (4P) 7. Pripremanje trenažnog dana i pojedinačnog treninga: ciljevi i zadaće pojedinih treninga, sadržajne strukture različitih treninga, određivanje konkretnih ekstenziteta i intenziteta opterećenja te vremena potrebnog za oporavak (4P) 8. Proces sportskog treninga i sportska forma: zakonitosti razvoja sportske forme (2P) 9. Upravljanje sportskom formom (2P) 10. Praćenje i ocjena učinkovitosti plana i programa treninga (2P) 11. Reprogramiranje zbog ozljeda, na temelju rezultata natjecanja, promjene kalendara natjecanja i dr. (2P) 					
	Seminari					
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Izrada plana i programa rada teniskog kuba (3S) 2. Principi i pravila u planiranju i programiranju procesa teniskog treninga s obzirom na dob, spol i predznanje (3S) 3. Izrada godišnjeg plana i programa treninga za tenisače i tenisačice uzrasne dobi do 12 i 14 godina (3S) 4. Izrada godišnjeg plana i programa treninga za tenisače i tenisačice uzrasne dobi do 16 i 18 godina (3S) 5. Izrada godišnjeg plana i programa treninga za tenisače i tenisačice seniorske dobi (3S) 6. Izrada plana i programa mezociklusa treninga tenisača i tenisačica (3S) 7. Izrada plana i programa mikrociklusa treninga tenisača i tenisačica (3S) 8. Izrada plana i programa trenažnog dana tenisača i tenisačica (3S) 9. Izrada plana i programa pojedinačnog treninga u tenisu (3S) 10. Usklađivanje kondicijskog, teniskog i mentalnog treninga u cjelinu (s obzirom na dob spol i predznanje (3S) 					
obveze studenata	Redovito pohađanje teoretske i praktične nastave, zalaganje i aktivan rad na nastavi.					
praćenje rada studenata	pohađanje nastave	25%	1.5	kolokvij	25%	1.5
	pismeni ispit	25%	1.5	usmeni ispit	25%	1.5
	ukupno					6.0 ECTS
obvezna literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Filipčić, A. (2002). Tenis: treniranje. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport, 212. 2. Groppe, J. L., Loehr, L. E., Melville, D. S., Quin, A. B. (1983). Science of Coaching Tennis. Champaign, IL: Leisure Press. 3. Tennis Canada (2009). Under 18 club training program. National Coaching Certification Program: printed by Tennis Canada. 					



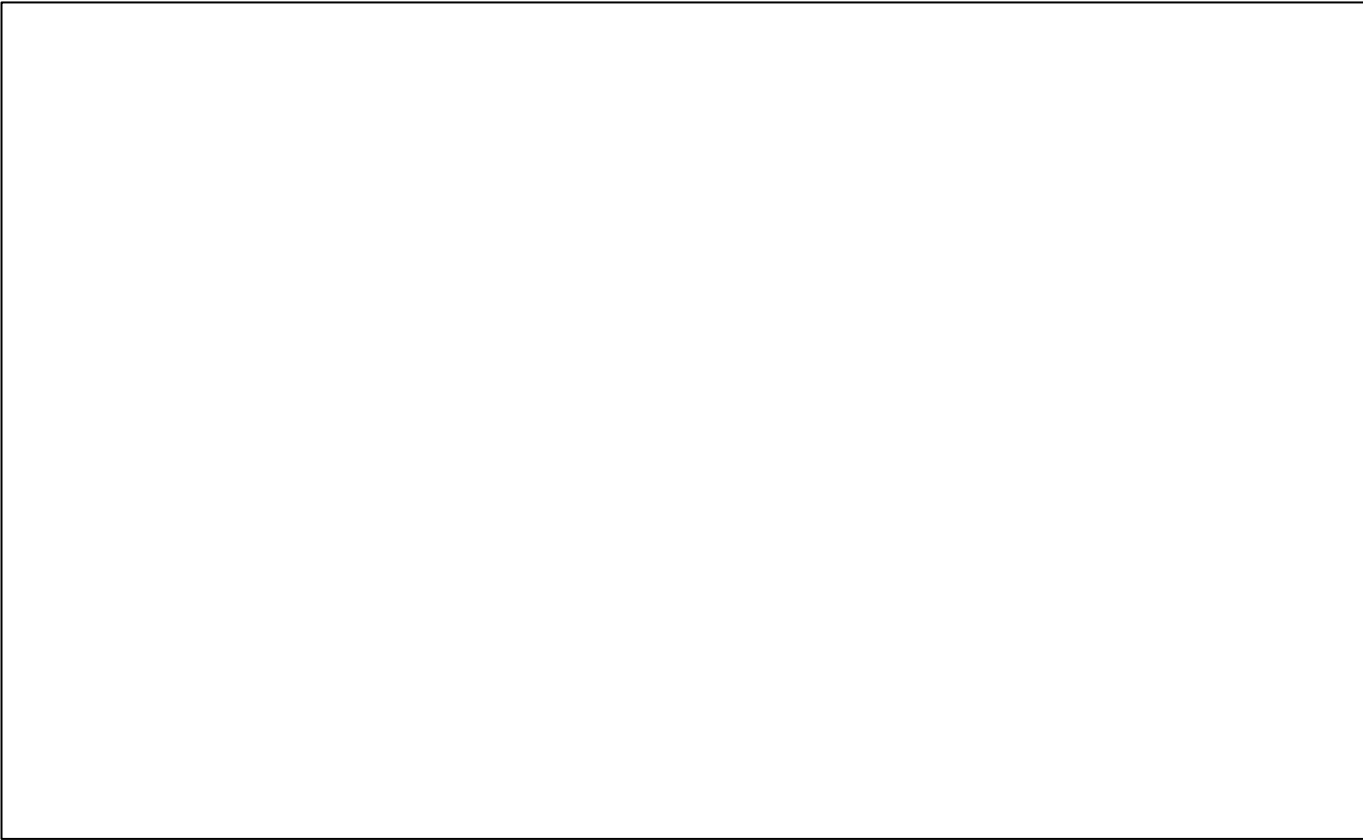
dopunska literatura	<ol style="list-style-type: none">1. Bompa, T. (1999). Periodisation: Theory and methodology of training. Champaign, IL: Human Kinetics.2. Bompa, T. (2000.). Cjelokupan trening za mlade pobjednike. Zagreb: Hrvatski košarkaški savez, Udruga hrvatskih košarkaških trenera.3. Tennis Canada (2009). Under 14 interm club training program. National Coaching Certification Program: printed by Tennis Canada.
način praćenja kvalitete	Anonimna studentska anketa.



RASPORED ISPITNIH ROKOVA za 5. godinu u ak. god. 2020./2021.

OBVEZNI PREDMETI	šifra	studen		prosinac		siječanj		veljača		ožujak		travanj		svibanj		lipanj		srpanj		rujan	
		datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat	datum	sat
KINEZIOLŠKA METODIKA U SREDNEM ŠKOLSTVU	123953 31108	16.	19.00	7.	19.00			1. 16.	13.00	1.	19.00	13.	19.00	3.	19.00	14.	13.00	5.	13.00	23.08. 6.	13.00
KINEZIOLŠKA SOCIOLOGIJA	31088			16.	16.30			2. 16.	10.00	9.	16.30	7.	16.30			9.	10.00	1.	10.00	31.08 14.	10.00
METODOLOGIJA KINEZIOL. ISTRAŽIVANJA	31077			7.	16.30			1./15.	13.00	15.	16.30	12.	16.30	17.	16.30	7./21.	13.00			30.8./ 13.	13.00
KINEZIOLŠKA METODIKA U VISOM OBRAZOVANJU	31109	16.	19.00	7.	19.00			1. 16.	13.00	1.	19.00	13.	19.00	3.	19.00	14.	13.00	5.	13.00	23.08. 6.	13.00
ŽIVOT U PRIRODI I VJEŠTINA PREŽIVLJAVANJA	123978					18.	16.30	8.	8.00							7. 15.	8.00			29.08. 13.	8.00

--







PROSTORNI KAPACITET

DVORANE

	dvorana A HRVANJE	laboratorij	svlačionica M1	svlačionica M2	svlačionica Ž	dvorana B KOŠARKA I NOGOMET
						dvorana C 1/3 ATLETIKA RUKOMET
PREDVORJE	SVLAČIONICE		dvorana K JUDO			dvorana D 1/3 ODBOJKA I RUKOMET
KANTINA						dvorana E 1/3 ODBOJKA RUKOMET
dvorana I TRIM KABINET						
	dvorana H RITMIČKA GIMNASTIKA I PLES		dvorana G TERETANA		dvorana F SPORTSKA GIMNASTIKA / OKT	



PREDAVAONICE

broj predavaonice	broj sjedećih mjesta	broj predavaonice	broj sjedećih mjesta
A1 VELIKI AMFITEATAR	175 + 16 zidnih stolica	P7 (143) (anatomija)	35
A2 – MALI AMFITEATAR	104 + 8 zidnih stolica	P8 (146) (fiziologija)	22
P1	60	P9 (stara inf.)	92
P2	60	P10 (biomeh.)	20
P3	60	P11 (informatička)	29
P4	49	P12 (informatička)	17
P5 (138)	24	P30 (lab. plivanje)	27
P6 (139)	20		

Ovaj Izvedbeni plan integriranog preddiplomskog i diplomskog sveučilišnog studija kineziologije za ak. god. 2020./2021. vrijedi do 30. rujna 2021. godine.

Klasa: 602-04/20-13/002

Urbroj: 251-75-01-20-10

Zagreb, 30. studenoga 2020. godine



Dekan

izv. prof. dr. sc. Tomislav Krističević